Título
El Gran Shobogenzo. La sabiduría antigua
Guía de la lucidez de hoy

Autores
Original de Eihei Dogen

Traducción
Inglés: Kosen Nishiyama
Español: Jesús Ubalde Merino

Edita
Jesús Ubalde Merino

Imprime
Todoprint Digital

Papel Reciclado

1ª Edición Febrero 1999

I S.B.N. 84-8416-290-O
Depósito Legal: SA-64-1999

En nuestra página WEB www.zenbria.com se pueden bajar GRATIS los libros de esta colección.

EL GRAN SHOBOGENZO

del Maestro Dogen

LA SABIDURÍA ANTIGUA.
GUÍA DE LA LUCIDEZ DE HOY

Colección Daidoji
Templo del Gran Camino
Actualizando la Enseñanza de los Budas

ZEN ESPAÑOL

BUDISMO ZEN SOTŌ



Daidoji
Templo Del Gran Camino

- DIRECTO
- POPULAR
- ORDINARIO
- SIN SUTILEZAS
- SIN SUPERSTICIONES
- SIN RELIGIÓN
- SIN CASTIGOS
- SIN DOGMAS
- SIN CULPAS
- SIN MIEDOS
- SIN MISTERIOS
- SIN PREJUICIOS



LIBROS BUDISMO ZEN GRATIS PARA BAJARTE



Daidoji. El Torii

SOKO DAIDO
Su jefe, un médico psiquiatra de 70 años ordenado Monje en Japón 1989





Zazen En Daidoji

Ceremonia Del Té

Facilidad para conseguirlos copiados y encuadernados los que se quieran por medio de la empresa www.lulu.com en formato 23,4 x 15,6 cm. sin beneficio económico para Zenbria

CORRE LA VOZ

25 AÑOS DE EXPERIENCIA DE UNA SHANGA

MIRA LOS TÍTULOS *
MIRA LOS ÍNDICES *
MIRA LAS FOTOS *
NO ES NECESARIO MÁS *





























El orden recomendado de lectura de los libros es 1, 6, 10, 9, 4, 5, 2, 7, 8, 3...

MENSAJE DE SOKO DAIDO. ENERO 2007.

QUE ME ESCRIBA EL QUE CREA QUE PUDIERA AYUDARLE EN SU EVOLUCIÓN ESPIRITUAL PERO SIN CONTARME SU VIDA PERSONAL. ENVIAD CARTA Y DIRECCIÓN POSTAL POR MEDIO DE LOS COMPAÑEROS-CONTACTO. YO LO HARÍA DE PUÑO Y LETRA. UN ABRAZO. NO DETENERSE. GASSHO.
SOKO DAIDO.

CONTACTOS:
Shinkai: SHINKAI2@telefonica.net
Soshin: soshin@ya.com
Shoken: shoken_pedraja@telefonica.net
Kugyo: kug_yo@yahoo.es

DONATIVO VOLUNTARIO:
MEDICUS MUNDI:
20660129000200000474,
Santander
Soc. Protectora De Animales y Plantas:
20660014710200010,
Santander

Número de Visitas:

Descarga total de libros:

30132

Tenemos mucho gusto mi Shanga y yo en presentar esta colección Daidoji a la gente de habla hispana. Explica sencillamente nuestra experiencia de casi 25 años de Práctica del Budismo Zen.

Deseamos de corazón que se extienda y que otras mentes abiertas la reediten, ya que se han puesto en circulación pocos ejemplares de cada libro. En la página Web ***www.zenbria.com*** *pueden copiarse gratis todos ellos.*

GATÁ

Siete años persiguiendo
el Shobogenzo
Otros siete años frente a él:
Como Bodhidarma frente al muro
Como Buda frente a su mente.

Por fin lo he tragado
y mi aliento apenas es
el de los Patriarcas.

No sé cuando empezó todo
pero el viejo Soden Osho
tuvo que ver con ello:
Sin moverse, me tiró y ayudó
a levantar. Como un padre.
Siempre está conmigo.

Pescando mi propio pescado
le comparto con el mar, la montaña,
el animal y el humano.

Una vida que no es una vida
una muerte que no es una muerte
un hombre que no es un hombre.

¡Reverencia a todos los seres!

Soko Daido Joza
Monje Zen
Daidoji (Templo del Gran Camino)
Cantabria. España. 1996

DŌGEN ZENJI

SHŌBŌGENZŌ

The Eye and Treasury of
the True Law



TRANSLATED BY
KŌSEN NISHIYAMA

DISTRIBUTED BY
NAKAYAMA SHOBŌ
JAPAN PUBLICATIONS

PORTADA DEL SHOBOGENZO EN INGLÉS

INTRODUCCIÓN A LA EDICIÓN ESPAÑOLA

Doy las gracias al Profesor Kosen Nishiyama, del Colegio Tohoku de Bienestar Social, así como a sus colaboradores y editores, por el esfuerzo que han hecho en la actualización y presentación al inglés, de una obra tan fundamental como la de Dogen Zenji, para la propagación del Budismo Zen, la integración de la mente humana en el cosmos.
Escrita en la primera mitad del siglo trece, llega a nuestras manos depurada del polvo de casi ocho siglos. Publicada en inglés en 1988, la recibo como un regalo de mi ordenación de monje Zen (1989) en el Templo de Todenji, Akita-Ken, norte de la mayor isla del archipiélago japonés, Honshu, donde es Abad el Honorable Soden Shuyu Narita, también mi maestro del Dharma desde 1984, año de peregrinación por los Templos Zen de Japón (Libro publicado).
Respaldada la traducción del Profesor Nishiyama por las más altas personalidades del Soto Zen, dirigentes de los monasterios de Eiheiji y Sojiji, así como de la Universidad Budista de Komazawa, consta de noventa y dos capítulos por no haberse traducido tres del original que totaliza clásicamente noventa y cinco. En su introducción comienza con un poema del Sanshodoei, que resume la vida del practicante Budista.
Una choza en la profundidad de la montaña
el camino todavía no perfectamente logrado.
Hasta el pico más alto llega
la suciedad y el polvo de este mundo.
Pido la ayuda del Tathagata (La Verdad de todos los seres).
Y continúa el traductor erudito, en un párrafo referente a la vali-

dez actual de la experiencia orientadora de Dogen:
"El Shobogenzo* es una colección de conferencias y ensayos dados o escritos en japonés por Dogen Zenji durante los años 1231 a 1253 en que ocurre su muerte. Se trata de un monumental trabajo basado en la insuperable experiencia espiritual de Dogen y su interpretación del Darma Budista.
Como el título indica, sus seguidores consideran estas charlas y ensayos como "el Tesoro de la Recta observancia de la Verdadera Ley".
A partir de este punto comienza a describir la biografía del fundador de la Escuela Soto Zen, similar en lo básico a otras biografías publicadas en español como la de Miraguano Editores a propósito del Shobogenzo Zuimonki, también escrito por Dogen con comentarios más sencillos y populares pero de gran sabiduría.
Por ello, entresacaré a modo de orientación los rasgos de su acción espaciotemporal.
Sin embargo no dejaré escapar dos conceptos de vital relevancia en toda profesión: el de ser calificado despectivamente de "innovador" por sus iguales, rechazado y discriminado, lo que indicará el grado de profundización en la verdad-realidad de la propia mente y el mundo de los enjuiciadores. El segundo, armónico movimiento del primero, verse obligado a fundar su monasterio donde poder transmitir su Darma. Así nació Kannondori-Koshohorinji, más conocido como Koshoji y "el primer templo independiente" de Japón. Progresión novedosa e independencia que manifiesta en el Bendowa (capítulo 88) donde observa que los monjes "se dejan atrapar por disputas doctrinales y virtuales".
"El Dharma lo abarca y transciende todo".
Por mi parte, como traductor al español, solamente he soplado una

mota de polvo escondida, inadvertida quizás, por el profesor Nishiyama y su equipo, que aunque inconsistente, como todo obstáculo irreal, resulta ligeramente molesto en estas latitudes; me refiero a circunloquios, repeticiones y media docena de palabras procedentes del sobrenaturalismo mágico indio y chino, que se han pegado a la costumbre de los siglos y cuya ausencia, no afecta ni a la esencia ni al sentido del texto.

Habiéndome beneficiado de la transmisión del Darma escrito de Dogen a pesar de mis limitaciones, considero que compartirle podría hacer bien a otros seres sintientes que buscan la liberación. Su sabiduría es ilimitada.

El Traductor español
Soko Daido Ubalde
Monje Zen de Daidoji, 1996
Del linaje documentado y directo de Dogen Zenji y del Buda histórico.

*KOHONKOTEI SHOBOGENZO
"La auténtica recopilación del Ojo y el Tesoro de la Verdadera Ley".

DATOS BIOGRÁFICOS DE DOGEN ZENJI

Año 1200. Nace en Kyoto de familia aristocrática.
A los 2 años muere su padre.
A los 8 años muere su madre.
A los 9 años comienza a estudiar Budismo con un familiar.
A los 13 años toma los Preceptos de Bodhisattva en la escuela

Tendai. Visita al maestro Eisai; en Kenninji, recientemente venido de China, escuela Rinzai.
23 Se va a China a estudiar con otros tres monjes.
Visita varios monasterios antes de quedarse en el monte Tendo, el monasterio más grande y famoso de la época. Recibe el Siho (Sello de la transmisión) del Abad Mensai.
25 El maestro Nyojo sustituye al Abad fallecido convirtiéndose en el maestro de Dogen durante los dos años siguientes.
27 Retorno al Japón, al monasterio de Kenninji, donde es rechazado por "innovador". Trabaja en el Fukanzazenji (las bases del zazen).
30 Se retira solo a una pequeña ermita, Anyoin cerca de Fukakusa, donde comienza a escribir el Bendowa, primer capítulo del Shobogenzo y a recibir discípulos monjes y laicos.
33 El creciente aumento de discípulos le obliga a mudarse al viejo monasterio de Gokurakuji cambiándole el nombre por Kannondori-in.
34 Recibe a Koun Ejo del que será su maestro y padre del Darma hasta su muerte. Ejo le sucede, habiéndose separado sólo 10 días en toda su trayectoria y recopilando sus escritos.
35 Recoge suficientes donaciones como para construir un real Dojo.
36 Ceremonia de apertura de Koshohorinji, más conocido por Koshoji, en Kyoto. Es el primer monasterio independiente de Japón.
De los 36 a los 43, trascurren los años más fructíferos. Tiene muchos discípulos aunque también enemigos; los monjes vecinos hablan de incendiar.
A los 43 temiendo por su comunidad, acepta la invitación de un

discípulo laico, el Daimyo de Echizen, hoy prefectura de Fukui, para establecer un monasterio en sus dominios. Comienza por residir en el pequeño templo de Kippoji por un año.

A los 44 le son donadas tierras y rápidamente se realiza la ceremonia de apertura del nuevo Templo monasterio de Daibutsuji, cuyo nombre al año siguiente, cambia por el de Eiheiji o "Templo de la Paz Eterna", donde tras las dificultades puede propagar la Ley del Zen Soto.

A los 47 comienza su enfermedad. Deja a Ejo como Abad y sucesor en Eiheiji trasladándose a Kyoto donde algunos médicos le examinan sin encontrar cura, entrando en el nirvana en el 53 con los mismos años que el siglo. Su poema de muerte dice:

Durante cincuenta años busqué iluminar el gran asunto de la vida y la muerte, sobrepasando obstáculos y dudas, con esfuerzo. Ahora, todavía vivo, sin pretensiones ni deseos, entro en el paranirvana.

La noche del 28 de Agosto de 1253.

PRÓLOGO PARA OCCIDENTALES

“Por qué y para qué del Budismo Zen. Si no controlas tu mente, ya te está controlando. Si practicas este método, olvida el por qué y el para qué”.

El Budismo no es una religión en un sentido semejante al de las llamadas reveladas o del libro, las cuales reconocen un ser superior al que llaman Dios, al que interpretan, al que se dirigen de variadas maneras, piden cosas, solicitan su perdón... etc. Estas religiones tienen dogmas que son creencias indiscutibles como la existencia de un alma, la vida eterna después de la muerte con premios y castigos... etc.

El Budismo es una práctica de las Enseñanzas de Buda, un hombre que vivió hace unos dos mil quinientos años. Es un intento de imparcialidad, una experiencia de ensanchamiento de la percepción de lo que nos rodea hasta la ilimitación, una forma de vida sin adicción a los objetivos mundanos, opiniones vulgares, creencias o ideas preconcebidas. Es el hallazgo del origen de nuestra propia naturaleza anterior a la consciencia pensante, condicionada e ignorante, causa de todo sufrimiento y comportamiento egoísta y depredador.

Todas estas expresiones resultarán incomprensibles en gran parte a las personas que no han estudiado el Budismo verificándolas en sí mismos, observando el automatismo egocéntrico, esa costumbre de ser continuos protagonistas, actores de una película autocomplaciente del “todo para mí”, agotadora y sin mérito por ser inconsciente en su mayor parte y desesperadamente pasiva cuando nos damos cuenta que está causada por la moda y la manipulación. Tenemos una consciencia que reacciona codiciosamente

ante la posibilidad de ganancia, que es la ley de moverse hacia lo que gusta y alejarse de lo que disgusta. La consciencia así condicionada, es con la que nos identificamos llamándola Yo o Ego que erigido en directivo de pensamientos, sentimientos y conducta, los domina hasta el descontrol excluyente de lo que no sea egoísmo.
El intento de controlarle no será el resultado de imposiciones o astutos argumentos sino de la imparcialidad, la impersonalidad, la ausencia de objetivos en la experimentación de otra forma de consciencia vacía de ellos.
El Camino de Buda, sus enseñanzas (Darma), ha sido transmitido directamente, de maestro a discípulo. El que busca este Camino a veces explica sus motivos y a veces no. Tales motivos suelen proceder de una o varias experiencias de la vida identificadas como frustradoras, desilusionadas, insatisfactorias, incompletas, fatigosas, ...infernales por llenar de sufrimientos e impotencia o por el contrario, cuyos éxitos los dejaron vacíos, perplejos ante una percepción de sí, contraria a lo esperado. Hartos, rebeldes, críticos... se expresan con un lenguaje, idéntico en todas las latitudes, culturas y tiempos. Palabras y palabras de palabras de palabras que no consiguen salir de los repetidos límites, como las cajas crecientes o decrecientes chinas, acabándose los recursos para traspasar el insalvable muro del "no sé qué más hacer".
Repetidas las búsquedas y las maneras, descubierto que la inutilidad es cada vez más desesperada y destructiva, algunos se dan por vencidos y se descubre que ya "se sabe lo que no es, pero no se sabe lo que sí es". Mas eso desconocido debe ser permanente, fiable, independiente de ilusiones-desilusiones, tranquilo y real o normal, como una metamorfosis, un salto en otra dimensión.
Cuando la insatisfacción o la inadaptación es grande, así de gran-

de es nuestra disponibilidad y energía de la búsqueda, de una peregrinación más intuitiva que lógica, más emocional y física que intelectual, en lo que se desconfía, como compensando la etapa anterior de pensamiento-deseo-apego-sufrimiento. Si aparece un camino sintónico con el buscador, nos refugiamos en él, la peregrinación continuará: "Dónde hay un discípulo, aparece un maestro y viceversa".

Salir de la mente del sueño, es "Despertar", pasar de la oscuridad de la mente ignorante a la lucidez de una mente "iluminada", transformar la irrealidad en "realidad", "ver" y distinguir lo falso. Ésta es la mente de Buda, la que "ve las cosas tal y como son" en su talidad. La talidad de las cosas y de la mente liberada de añadidos egoístas, armonizan.

Esto es hacer el bien y evitar el mal, cosa distinta a lo que interpreta el Ego, según el cual ser buenos consiste en depender de normas y reglas, dogmas y obligaciones, ideas y creencias. Por lo tanto en Budismo el mal y sus consecuencias Kármicas, es la ignorancia, la ignorancia del Darma, de las Enseñanzas de Buda.

Su práctica transciende el dualismo bien-mal de la mente egótica. Positivo y negativo son los polos del enfrentamiento, la lucha, la destrucción con que trabaja el pensamiento egocéntrico, limitado y excluyente de uno de los dos términos en oposición y conflicto. Ir más allá de esa mente que opone unas cosas a otras, que se basa en las diferencias y elige la ganancia discriminadora, es el propósito de la Práctica Budista. Los opuestos negro-blanco, arriba-abajo, bueno-malo, hombre-mujer, cielo-tierra... son sólo instrumentos que si uno se los cree simplifican la realidad articulándola artificialmente de manera que en lugar de usarlos circunstancialmente llegan a funcionar como orientaciones de pensamientos, sentimientos y conductas.

Utilizando las asociaciones y los conceptos, ideas, opiniones, valoraciones,... etc que se desprenden del dualismo, no cabe armonía, unidad, totalidad, ni sabiduría duraderas. Un pensamiento así es lineal, excluyente; si es un término no puede ser el opuesto. Tomemos como ejemplo cielo-tierra. Ambos en realidad son inseparables, no tienen límites diferenciables si consideramos el agua evaporada de la tierra y caída posteriormente en forma de lluvia... etc. No hay manera de cortar el círculo. Sólo si sabemos esto no haremos de una cosa, dos. Pero digo mal porque el solo hecho de saberlo es incompleto, hemos de practicarlo para que sea verdad y no sólo una comodidad del lenguaje. La ignorancia nos deja indefensos ante una articulación que abarca el lenguaje, los pensamientos y la interpretación de la realidad. Éste es el caso de la percepción parcial y egoísta, egocéntrica.

El Darma, la Enseñanza de Buda, es como el Cosmos, la naturaleza en sus manifestaciones, equilibrada y armónica, variada e interdependiente. No hay partes sólo un todo.

Partir es matar.

Sin embargo el mundo personal de la mente de un sujeto sólo existe en ese sujeto, está partido según sus conveniencias, es diferente en preferencias a otro, las diferencias generan confrontación, lucha y deseo de dominio unilateral, ansiedad y sufrimientos.

Este funcionamiento mecánico del Ego, debe ser observado sin luchar, sin opinar, sin juzgar, sin intentar modificarlo con más conceptos. La sangre no se puede lavar con sangre. La meditación Zazen es la puerta de entrada, la Práctica de lo descubierto por Buda; sin sacrificios, heroicidades, ascetismos, ni extremos porque todo esto refuerza el Ego, el orgullo. El mismo Buda antes fue un asceta y reconoció el error, recomendando el cuidado del cuerpo, el mantenimiento de las energías y la buena salud.

Por tanto, no hay mal ni bien objetivos, sino lo necesario, lo actual, absorbidas las diferencias en el vacío de lo conceptual, queda la variedad; el Todo es multiplicidad en la forma, energía en la no forma, vacío vivo, donde ambas, junto con los apegos, desaparecen para reaparecer como el ave fénix y el loto, de las cenizas, del barro. Así emerge la realidad, el mundo tal como es. La sabiduría de la Práctica, transforma la percepción, en lugar de dividir, junta, unifica, funde. (Lo percibido puede o no puede ser apercibido, conscienciado).
El egoísmo es la manera más aproximada a dicha fusión por el lado de la irrealidad, del error. Unificarse con algo o alguien no puede ser tenerlo, apropiarse, adueñarse y usarlo según imaginaciones o deseos. Esto provoca la muerte de lo otro, de lo usado como objeto. Si se trata de un ser vivo o persona, si tiene la posibilidad de rebelarse o resistirse, ocurrirá el conflicto, la lucha y con él, el sufrimiento. Si no tiene posibilidad de rebelarse, su pasividad generará presión y otras formas de sufrimiento silencioso y destructividad.
Éste es el comportamiento egocéntrico, egolátrico, ego-único. El sujeto se confunde a sí mismo con el universo por el lado de la irrealidad, de lo falso.
El egoísta es esclavo de su ignorancia (no absolutiza lo relativo, sino lo inexistente).
La fusión por el lado de la realidad, de la Verdad, es el Camino de los Budas, el camino del desapego, la no posesión, la libertad, el no objetivo, la no intervención, la no previsión...
En este intento la consciencia es una, el sujeto y el objeto desaparecen como dos y se realiza la fusión, la acción es espontánea, no buscada, y la percepción ocurre en la unificación de todo lo pre-

sente en cada momento, simultáneamente. Con consciencia de ello o sin consciencia u otra manera, más allá de eso que, ya no es interesante sino obstaculizador. “Ni mente, ni Buda, ni algo”.
El Budismo pues, no es una religión pero tampoco una psicología o una filosofía. Cualquier enfoque intelectual, cualquier intento de definición, será parcial. Una experiencia, una manera de vivir es indefinible. Todo el mundo sabe que no puede transmitir sólo con palabras el más modesto asunto de su experiencia. Se acabará diciendo: “Si quieres saberlo, hazlo”.
La percepción de la realidad no es sencilla, está oculta por la hojarasca de los añadidos, los deseos, los prejuicios, los objetivos. La verdadera forma y cualidad del presente, es perceptible cuando abandonamos todo eso. El propio Buda estableció la dificultad diciendo: “es tanta que resulta necesario abandonar el yo”. Éste es el secreto de la meditación zazen del Buda, “Jin shin datsu raku”, abandonar el cuerpo y la mente propios y ajenos que Nyojo transmitió a Dogen y él a nosotros y nosotros transmitimos.
Cuando “vemos” con la mente no deformada por las preferencias personales, por el “me gusta-no me gusta”, estamos viendo “las cosas tal y como son”, es decir verdaderamente, y entonces “nosotros, somos nosotros mismos”, el Cuerpo de la Realidad, el cuerpo de Buda, y la Tierra, el paraíso de los Despiertos.
Nos parecerá poco esta Tierra y estas capacidades de observarla y relacionarnos con ella, ¿con el Cosmos entero? ¿Cómo es que hemos perdido la sensibilidad para apreciarlo vitalmente? ¿Para cuidarla? (Cuidado y delicadeza, algunos significados de la palabra religión, por cierto).
Todo reforzamiento de los sueños, de las ilusiones, fantasías, proyectos, objetivos, competencias... es la construcción del engaño,

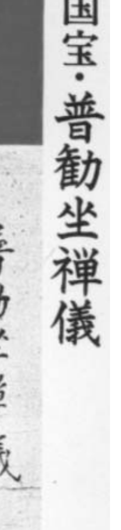
del ego y su destructividad, como estamos viendo en las familias, el trabajo, las relaciones internacionales, las ecologías... y las relaciones con nosotros mismos. ¿Es que somos otra cosa que contacto, que relación, buscada o no, consciente o no, acertada o no? La calidad de nuestras relaciones es nuestra calidad, nosotros mismos, ¿no?

Los que se resisten y defienden, dicen que no se puede vivir sin ilusión. Una cosa es la fuerza y otra el contenido (significación). Se trata de no gastarla en fantasear como niños contándonos el cuento de la lechera, no apasionarse como niños prescindiendo de todo excepto de lo último deseado, no depender de falsos modelos y consumir caprichosamente, sin freno... Todo esto un día se descubre como automático, artificial y destructivo. ¿Qué clase de mente se activa cuando nos comportamos así, sino es la condicionada, institucionalizada, convencional y articulada? Una mente articulada percibe una realidad articulada, una no realidad. Unos sentimientos articulados son unos no sentimientos. Como se ve hay mucho trabajo por hacer cada uno consigo.

Otro aparente paralelismo entre culturas, oriente-occidente, nos lo proporciona la palabra espíritu. Como término Budista es completamente provisional y señala sin definir la experiencia profunda. Parece como si traductores bienintencionados sin ninguna experiencia directa o transmisores sugestionables de la enseñanza del Buda, pusieran mucho interés en encontrar semejanzas e identidades, de manera que los no Budistas se convencieran de la inocuidad y hasta de su bondad para otras disciplinas o creencias y así, tranquilizados, hacerle un sitio o concesión a un Budismo silencioso, obediente, integrado como técnica útil y fácilmente desmontable con los acostumbrados juicios o prejuicios que por

este medio resultan sólo competición, exclusión o xenofobia, un temor que rechaza lo distinto y más aún si es desconocido. Esto no es ayudar al Budismo que no persigue hacer prosélitos sino estar presente para el que necesite ayuda y es capaz de pedirla. Espiritualizar es dignificarlo todo con la experiencia del Darma, universalizar, la inclusión en el Gran Vacío.
El Budismo enseña a practicar un Camino cuya experimentación es voluntaria y puede llegar a convertirse en imparcial ya que en su Práctica no se utilizan conceptos, no puede ir a favor ni en contra de nada ni nadie. Por ser imparcial, es impersonal (no personal) lo que no equivale a despersonalizador. Por ser a-rracional (ni irracional ni racional) experimenta una consciencia anterior a todo pensamiento que por tanto no sirve para alcanzarla.
Esta consciencia que llamamos original (de origen o fuente) es idéntica en cualquier momento del pasado, presente y presumiblemente futuro, en cualquier forma de vida animada o inanimada. Su actualización en cada momento presente es lo único reconocible como real y es simultáneo, en una montaña, un río, una pared, las nubes, un pájaro, un humano y todas las montañas, los ríos... los pájaros y los humanos. Esto es el presente vacío, ilimitado, con forma... y más allá de todo eso, incomprensiblemente...
Más aún, podemos intuir que es lo mismo en cualquier parte del Universo de donde no hay manera de salirse excepto haciendo trampas o juegos intelectuales fantásticos.
La identidad del vacío y la forma de los antiguos, hoy la vemos como masa y energía y no es que necesitemos la ciencia para demostrar su existencia. La manifestación sensible de la energía, la más evidente, es la forma. Esta energía se manifiesta por modificación de la forma. Ejemplos sencillos los vemos en el desprendimiento de

energía quemando madera o en la ingestión de pan cuya energía contenida recupera el cuerpo. Si es el átomo el que manipulamos, liberamos la energía atómica.
Esta energía original se manifiesta pues, en la multiplicidad de las formas. Todas ellas, si son reales, son interdependientes, verdaderas y por todo podemos decir que están iluminadas, son luz, lucidez y nos guían en el contacto y relación con todo lo verdadero, capacitando esta experiencia para reconocer y cortar lo falso, lo artificial.
Así podemos percibir a todas las formas como el Todo. El Todo como Uno y el Uno energéticamente como Nada, Sunyata, el Gran Vacío vivo y original. Estas consideraciones ecológicas (el Universo es nuestra casa-ser múltiple en relaciones) pueden ayudar a algunas mentes rígidas y estrechas a comprender que si una brizna de hierba es innecesaria, por el contrario, grita desde ella misma la Unidad del Cosmos. ¿Cómo ha ocurrido que las mentes prejuiciadas, dirigidas, convencionales, institucionalizadas, codiciosas,... no las oigan? ¿Qué clase de supersticiones practican? (entendiendo por supersticiones lo que se "añade" al entendimiento).
Los humanos también somos como las hojas de un mismo árbol, todas distintas y todas iguales, pero esto incluye que todos los demás seres, también son del mismo árbol.
¿Dónde está el respeto, el agradecimiento, los hechos que confirman que hemos entendido?
Entre los humanos hay mentes rígidas y estrechas por identificación con sus propios pensamientos como los intelectuales; en un sentimiento, como los sentimentales; en sus acciones, los activos...



FUKANZAZENGI
Los principios generales del Zazen.

Estos especializados en algo están desequilibrados por falta de todo lo demás. Son ilusos que cambian su vida por honores, fama, prestigio, dinero, poder... dejándose engañar por su propio ego, con un personaje artificial y fabricado por la autosatisfacción y el reflejo.
El espíritu en Budismo se refiere pues a la experimentación de esa consciencia central, el corazón de todas las cosas. Sin embargo es necesario desprenderse, desapegarse de todos estos nombres e ir más allá puesto que no son la experiencia misma, sino instrumentos que si son comprendidos o tomados por ella, colonizan la mente como las bacterias el cuerpo, creyendo que son nosotros mismos, cuando "somos instrumentos de instrumentos". En esto no hay espíritu alguno que dignifique todo sin superficialidad y esclavitud. Las gentes dominadas por esta consciencia egótica y superficial "arrastran su propio cadáver".
Hablar de profundidad es "señalar la luna con el dedo", manifestar el espíritu con palabras vivas, que quiere decir proceden de la experiencia transmitida, no de lecturas o conversaciones.
Espiritualizar, es realizar desde el centro, el origen, la Nada Viva y realizar es ir más allá del ego, de lo personal, (sin entidad, sin mismidad). "Haz de una lechuga un cuerpo búdico, y de un cuerpo búdico una lechuga" es la Práctica a la que alude esta frase de la cocina de Daidoji.
Dogen nombra el espíritu como algo indefinible que no se deja atrapar y lo presenta como "las dignificadas actividades de la Práctica de la verdadera mente, la mente de Buda o, tú como tú mismo".
Entre las "hábiles prácticas" (Upaya), que los maestros han utilizado desde la antigüedad hasta hoy en el encuentro de uno mismo

"como ego o como iluminación", están, el canto de los sutras (cortas y sabias comunicaciones de la experiencia de Budas y Patriarcas), quemar incienso, hacer postraciones (Sampai), inclinaciones (gassho), uso del manto (kesa) y muchas otras,... que no pasan de pintorescas y a veces de espectaculares cuando la mente es la de un espectador, pero cuando se trata de un aprendiz o un avanzado practicante, su mente es la justa y entonces estas Prácticas son realización.

El turista, el antropólogo, calificarán estas Prácticas de rituales, discriminando, analizando, fotografiando la apariencia y su propia interpretación personal de la apariencia. Cuando no hay discriminaciones es decir, diferencias en el papel y la opinión, como practicante o como observador, entre el que practica y lo practicado, todo es Uno: Unidad, fusión, armonía.

Decir practicante, no es decir gran cosa. No es lo mismo buscar el Camino, que reconocer el Camino, que recorrer el Camino, que ser recorrido por el Camino. Hay una secuencia, graduación o maduración en el acceso a la profundidad. Ocurre como la compresión y descompresión del submarinista. Hay una puerta que es el Zazen, la meditación sentada, distinta a otras meditaciones.

En este punto, tengo que pedir disculpas y explicar mi reiteratividad, la conveniencia de hacer repeticiones que dan oportunidad a la mente que piensa, que lee, que observa y escucha, a incorporarse a estas comunicaciones. La mente buscadora tiene un ritmo de resistencia y permeabilidad distinto según el momento, los prejuicios que conserva y a los que se apega.

Estos funcionan como núcleos de resistencia que a veces no se manifiestan como obstáculos pero que cuando se trata de aspectos de gran significación positiva, egoísta en esa personalidad, se

organizan como núcleos interrelacionados que vuelven a robar energía haciendo retroceder y hasta abandonar al principiante. Esto es mortal para la mente que busca a Buda porque la energía se le escapa por el miedo disfrazado de críticas y objetivos. “Su personaje vistió el Kimono” como una experiencia-cursillo a coleccionar de los que fortalecen el yo.
El aspirante o aprendiz, recorre las etapas del estudio de su propia mente llevando a cabo una Práctica que siendo ya realización, todavía no es comprensión. El aspirante ha de llegar a darse cuenta de que el abandono u olvido de su ego es lo mismo que el abandono del mundo (valores mundanos), una cuestión personal, parcial, superficial. Si no lo hace por mucho que lo afirme de palabra, estará dividido y es obvio, su mente no podrá funcionar unificadamente. El Maestro, la Sanga, el Zazen y las demás Prácticas ayudarán a madurar o a que sus contradicciones aumenten y huya.
El salto a la resolución total aunque desapasionada, sin necesidad de comprender el por qué, ni el para qué, marca un hito que se manifiesta en disponibilidad, apertura de mente o tolerante indiferencia (no diferenciación discriminadora como única actividad de la consciencia), no lucha, ni pretensión, ni siquiera búsqueda, ni apego al vacío; sólo Práctica y mente transparente. Éste es el intento miles de veces fallido y otras tantas reencontrado si se recorre el Camino.
La antigua discusión sobre si la iluminación es brusca o gradual, equivale a la introducción del tiempo alternativamente contemplado (dualismo) como percepción instantánea que siempre ocurre en presente o como cultivo del camino haciendo intervenir la memoria de la misma manera que se plantea un falso problema (sólo intelectual y dualista), entre la aparición de la flor y la madu-

ración del fruto. Todo está y no está al mismo tiempo, no esta y está, ni esta ni no está, limitación e ilimitación son los dos extremos posibles de la realidad sin dos formas de percepción dualista, según el momento en que predomina alguna de ellas, porque es visto desde el instrumento que traduce lo percibido, el ego.
Es con este cuerpo y esta mente, con los que recorremos el Camino o el Camino nos hace ya que se trata de una peregrinación de una consciencia que es nuestra y a la vez no lo es, sino Cosmos, naturaleza, lo cual significa relación con el Cosmos, nosotros incluidos, en una interrelación tan omniabarcante que es demasiado para ser pensada. Ya que el instrumento Ego tiene que hacerlo por ser su función, simplifica todo a dos términos que para ser dinámicos han de ser opuestos, antagónicos (dualismo).
El Bodhisattva, el monje, el hombre del Camino, "ese hombre sin títulos", verifica que sólo la actualización continua de una Práctica no dualista, es verdadera y real acción y percepción. "Que no hay sitio alguno donde escapar". Haciendo de esta Práctica unificadora la clave de su intimidad, se reintegra al Universo y le comparte. (Monje significa la identidad del que anda solo, en soledad, con "sólo un camino es el que pasa al otro lado": Ichi-ro-toru.)
La educación Zen, la maduración y el cultivo, son difíciles, largas, esforzadas aunque sin extremismos, con avances y retrocesos, compartiéndola con el maestro y la Shanga, los verdaderos amigos desinteresados de objetivos del Ego.
Cuando la disponibilidad no es grande o las energías son escasas, la mente que busca a Buda no está clara... todo son resistencias, críticas, puntos de vista personales... en resumen, obstáculos a la Práctica que se traslucen en un trabajo excesivo para los compañeros. Hay personalidades que lo desean todo, lo piden todo

pero su generosidad es escasa. Antes de pedir, expresemos dando, la necesidad de la ayuda. Es un lenguaje fácil de entender y muy convincente. Si no hay energía para dar, el apego a lo propio es semejante en todos los niveles, tanto materiales como de opiniones, ideas, costumbres, tiempo... etc. La sinceridad en la búsqueda necesita del desapego cuando llega el momento de dar el salto a la armonización, "un paso más allá de donde acaba la tabla".
Este tipo de personalidades transmigra por los Estados condicionados de la Consciencia y los no condicionados; unos llamados malos, otros buenos y otros ni malos ni buenos. Esta antigua y aguda tipología resulta bastante útil si reflexionamos sobre ella y por ello se reproduce como una manifestación cultural popularmente Budista.
1.-NARAKA.- Estado infernal, de ansiedad, pena, queja continua, desgracia. Enajenación y mérito en el dolor. Pasividad de víctima, culpa ajena o propia...
2.-GAKI.- Estado de los espíritus hambrientos de emociones y novedades. Son anhelantes, ansiosos, ambiciosos, insaciables...
3.-CHIKUSO.- Estados animales, instintivos, sensoriales, primitivos, de una supervivencia en la que todo justifican, sexo, propiedad, comida...
4.-ASURA.- Estados guerreros, de lucha, confrontación, por vencer, ganar, todo se sacrifica, buscapleitos, vengativos, astutos...
5.-NINGEN.- Los seres humanos, dualistas de doble cara, doble moral y juego, contradictorios, ambivalentes, salvadores, humanistas, que para salvar a unos matan a otros...
6.-TENJO.- Los seres celestiales, aspirantes a todos o cualquier tipo de felicidad o paraíso. Bienpensantes, beatos, moralistas, místicos, filósofos, religiosos, ideólogos del bien...

7.-SHOMON.- (SRAVAKAS) Los auditores. Son los que entienden las Cuatro Nobles Verdades. Escuchan la Ley, leen los Sutras, creen dogmática, fanáticamente...
8.-ENGAKU.- (PRATYEKABUDAS). Budas para sí. Comprenden sin maestros la Dodécuple cadena de la causación y el condicionamiento (Karma). No comparten...
9.-BODAISATTA.- (BODHISATTVA). Buda viviente. Despierto. El que es consciente en sí y los otros de los anteriores estados y sigue el Camino de Buda, la Práctica, toda su vida.
10.- BUDA.-La transmigración no es reencarnación, acontecimiento del que no se ocupa el Zen. El paso de los siglos parece cambiar los ropajes pero no los personajes según vemos. Ni las culturas, ni las latitudes, las razas, las edades, sexos, economías... modifican la orientación egoísta de la consciencia, puesto que se trata de una disposición genética previa a la lucidez. Es propio de la naturaleza humana esta clase de desarrollo a expensas de una parte de la sabiduría instintiva. Así lo percibieron los viejos maestros al manifestar la Dodécuple cadena del Condicionamiento de la consciencia, de igual manera que al maestro Rinzai se le atribuye la sentencia de que “el origen de la enfermedad, del sufrimiento, está en oponer lo que me gusta a lo que no me gusta”, o el Bodhisattva Yakushi, símbolo del médico de los sufrimientos cuya curación procede de la Práctica del Dharma y hoy se llama Psicoterapia Transpersonal en el sentido de transcender el Ego. Hemos comprendido que las contradicciones y luchas psicológicas del sujeto forman parte de todas las maneras de enfermar de los “humanos” (?).
Los doce eslabones de la Cadena de la causalidad que conforman la mente superficial o del origen dependiente son:

1.- Al principio de una consciencia en blanco la llamamos inocencia.
2.- Esta inocencia es la predisposición a recibir formaciones mentales.
3.- Las formaciones mentales condicionan la consciencia.
4.- La consciencia condicionada dirige a la mente y al cuerpo.
5.- Estos condicionan a los 6 sentidos (gusto, tacto, olfato, oído, vista y pensamiento).
6.- Los sentidos condicionados condicionan el contacto.
7.- El contacto condicionado, condiciona la sensación.
8.- La sensación condicionada, condiciona el deseo.
9.- El deseo condiciona el apego.
10.- Las ataduras condicionan el "llegar a ser" (objetivos).
11.- El proceso de llegar a ser condiciona la repetición.
12.- La repetición condiciona la decadencia, la pena, la muerte, la lamentación, el dolor y la desesperación.

Forma parte de una tradición Budista de siglos nombrar una etapa de degeneración del Budismo que todavía dura y se manifiesta con un poder destructivo extremado. A la llamada psicotecnología del entretenimiento y los cibernautas de un hiperespacio artificial seudoinocente, fantástico e insaciable, se añaden los clásicos ya, destructores de mentes y cuerpos del expolio y la contaminación de una naturaleza con claros signos de enfermedad que rozan el suicidio.

En este cuadro, el origen del Hombre Nuevo es la International Televisión ADN y se maquilla con las sorprendentes frases-slogan-generalizadas "quiero que..." "me gustaría..." "todo está bajo control", "yo lo arreglaré muñeca...", "yo me hago cargo", "soñad, soñad..." "no te preocupes por nada, tío...", "Be happy". El obje-

to muerto, comestible y erótico teclado, obedece: “Sí amo”.
¿Quién puede oponerse a una reprogramación higiénica ante tales adicciones, a un lavado profiláctico de cerebro?
¿Bastará con un champú lait?
El verdadero yo, no es otra imaginación, otro Ego que está detrás y cuyo descubrimiento fuera arriesgado o terrible. ¿Me gustaría-no me gustaría? Esto dice el pensamiento-producto de las descripciones del párrafo anterior, “No lo intento no sea que no me guste” o “¿para qué intentar nada si la perfección que pueda conseguirse es escasa? Para eso no lo intento”.
Este protagonismo es el que se trata de superar. Nada tienen que ver con la Práctica. La cuestión no es cambiar de coche, traje, trabajo, dentista...
Visto que no sabemos vivir hay que aprender. El Ego ha fracasado en sus objetivos y promesas de felicidad (suicidemos al ego en las depresiones, pero no a nosotros). Sus realizaciones no han servido, el ego está “descapitalizado” (Descabezado, tía). Detrás de esa cabeza, no hay sustituto, hay ¡Nada! Esta Nada no es la ausencia de Todo. Es simplemente NA-DA. “El Ego ha muerto, viva la Nada! (no es nihilismo). Es la presencia de todo sin discriminación sin emerger algo. Todo sin forma, origen. No es otro concepto más sino nuestra propia consciencia ilimitada, vacía, cósmica y experimentable. ¿Qué ves detrás de tus pensamientos, cuando te sientas en la quietud del Zazen y sigues las instrucciones?
La consciencia vacía, ilimitada, sin ego, es el contacto real, es decir nuestra propia realización en cualquier aspecto de la vida cotidiana, comidas, paseos, trabajos, baño, descanso,... o contemplación. “Ni coger ni dejar nada”, significa que la realidad es verdad, suficiente y por tanto cualquier añadido o parcialización, la

desvirtúa, dejando de ser realidad, verdad.
“Las cosas son tal como son” en su talidad, sólo si el ego no interviene, es decir, si el automatismo de apropiarnos como el ratón de todo lo que pueda significar placer o seguridad, no modifica la armonía de las interrelaciones. ¿Por qué resistirnos a esta dimensión global de nuestra naturaleza, si no es por prejuicios ignorantes? Es como negarse a contemplar la propia espalda, una desconocida visual que habiendo estado siempre ahí no tenemos una experiencia semejante a lo que sí vemos de nuestro propio cuerpo. ¿Por qué desaparecer sin habernos experimentado a nosotros y al mundo simultáneamente como totalidad, como ilimitación? Un atraso mental parece, ¿no? ¿Qué clase de prejuicio, neurosis, represión, superstición o automatismo nos caricaturiza o monstruiza? ¿Es sólo el desmedido, el idolátrico apego a nuestro yo, el obstáculo para desprendernos unos segundos de él, sin temor, cuando lo hacemos inconscientemente docenas de veces de distracción o cuando nos vamos a dormir? Nos distraemos y nos dormimos inconscientemente. El obstáculo está en desprendernos conscientemente. ¿Por qué? Por el prejuicio y el miedo, por ignorantes suposiciones de no podernos reconocer después a nosotros mismos, o perder algo. Si no caemos en la cuenta de esto, es difícil que comprendamos la capacidad de destrucción del egoísmo y a la vez lógico consiguiente sufrimiento. Podríamos ver el sufrimiento como resultado de una transgresión básica, de una incompletud ignorante e inconsciente que nos deja inermes frente a los acontecimientos, causa y efecto a la vez, Karma, sin poder salir del acostumbrado pensar, sentir, actuar... mecánicamente repetidos. Pero al mismo tiempo todo esto forma parte de un proceso. El yo tiene límites y cuando se llega a ellos, el sujeto madura y continúa.

Por tanto no estoy proponiendo el abandono voluntario de nuestra mente “conocida” para siempre, sino sólo por unos momentos e investigar qué más hay más allá de esa consciencia. Es por el ego por donde ocurre la iluminación y no es posible abandonar toda su arquitectura ni tampoco deseable. No-miedo es lo que trato de comunicar. No hay motivo alguno para temer nuestra propia naturaleza.

“El grueso de un cabello, separa el cielo de la tierra”. El Uno se hace dos por las palabras o al menos eso cree el ignorante, en la apariencia. El Uno se trocea “partidariamente”. Los análisis, argumentos, razones, pactos, conveniencias... etc. son parcialidades. Toda elección es egocéntrica porque persigue una ganancia. Si se pierde intencionadamente (ejemplo de altruismo) se persigue una intención, un pensamiento beneficioso. El sentido personal, las explicaciones, opiniones, elaboraciones, categorías, valoraciones... etc., son las ligaduras del ego mientras no ocurra la liberación. Entonces los mismos sistemas son iluminación. Este sistema soporta el direccionismo egoísta, egocéntrico y en realidad vacío (no existe por sí mismo) del yo protagonista. ¿Dónde queda la naturalidad, la percepción unificada? Que el Budismo es integrador significa al menos que devuelve a la vida lo que es estructura viva, que transforma, que no excluye nada real. Ninguna cosa o ser excluye a otra cosa o ser. Sólo ocurre esto en la mente ignorante. Observemos la vida natural sin intervención y veremos su sabiduría. El respeto surgirá espontáneamente como la admiración y el agradecimiento y así otros muchos y verdaderos sentimientos más allá de romanticismos y novelas. Cada cosa y cada ser tienen su función. Sin esta percepción unificadora y total, sólo queda parcialidad forzada por los intereses personales, los deseos. Esto es

falsedad, artificio. Sólo desde la percepción Unificada y total, las palabras, los sentimientos, las acciones, estarán interrelacionadas con la realidad y serán verdaderas. Puesto que no es posible salirse del Uno, continuamos investigando la limitación y la ilimitación como aspectos del Uno. Cuando la visión es verdadera, todo y parte, ilusión e iluminación son distinciones no esenciales, no discriminan, trabajan simultáneamente, no hay fronteras, ni diferencias. El nuevo yo aparece como consciencia individual en ese paisaje. "Armonizaos con la iluminación de los Budas. La Cámara del Tesoro se abrirá por ella misma y podréis utilizarlo como mejor os plazca" dice Dogen en el Fukanzazengi.
"El cerebro egótico", cumple su función acumulativa como almacena el roedor en el otoño todo semilla comestible aunque olvida más de la mitad de los sitios donde las entierra. Pero en la tierra no hay "olvido" sino que es la sabiduría no pensada del roedor y la tierra por lo que la semilla pasa a árbol.
La mente-tierra de los humanos es Verdadera naturaleza, sólo hay que apartar el obstáculo, olvidar lo acumulado y cultivar la tierra. Ponemos nombres a los seres animados e inanimados y a las personas, cosa útil, pero cosificadora si no estamos alerta. Facilitamos tanto la manipulación que acabamos siendo manipulados por el mismo sistema, cosa destructiva.
Los seres son más largos que las palabras y los juegos de palabras (literatura, filosofía, psicología, derecho, historia...) que no son más que especializaciones y técnicas, no verdades; sistemas al fin y al cabo de aprendizaje, conducción, convención o acuerdo implícito, lenguaje cultural, cohesión social, automatismo de gran valor para la sociedad que se convierte en impedimento y peso muerto para algunos individuos que habrán de ser capaces de con-

ducirse a sí mismos en una especie de selección evolutiva de la mente. Tras la mente institucional o social está la mente Cósmica. Cuando el principio y el fin se encuentran, ambos desaparecen. Es el círculo Zen, sin principio ni fin. Dokan, el anillo del Camino de la Práctica.

Dice el Sutra del diamante “cuando nos damos cuenta de que lo que decimos que es, no es; ya podemos usar las palabras”. Diccionarios y significados habrán de ser revisados por la experiencia de la Nada. Descubierto su valor de “señalar la luna”, no confundirlas con ella. Alto-bajo, pequeño-grande, blanco-negro, hombre-mujer, derecha-izquierda, superficial-profundo, libre-esclavo... bueno-malo. ¿Cuánto de alto, pequeño, blanco...? Parece que hemos dicho algo y no hemos dicho nada.

Algo-Nada... Otros lenguajes funcionan de manera semejante. Cero e infinito.

Frente a un ser vivo o inerte (no hay nada inerte, ni una piedra), cualquier medida o calificación es arrogancia. Una simple brizna de hierba es más larga que una medida astronómica. Si enfrentamos también a esa mente que imagina con la ilimitación, la paradoja, la alógica, la incoherencia, lo imprevisto, lo desconocido ... esa mente se desploma, resbala, desaparece o es transformada, encontrando su lugar apropiado que no consiste en guiar. Así es como las acumulaciones se convierten en “impedimentos”, los “olvidos” en frutos, la arrogancia en ...

Si se entiende como superstición algo inexistente (superestructural) añadido a la realidad, la superstición “existe” desde los tiempos de las cavernas, cuando se atribuían poderes mágicos (dioses o espíritus enfadados o contentos), a los fenómenos naturales, así como seguramente a los brujos, intérpretes o intermediarios de tan extra-

ordinario poder situados por tanto (prolongación de los espíritus) junto al más fuerte, jefe o jefa quien manipulaba ambos poderes frente a la gente. Es de suponer que este fuera el esquema mantenido hasta el día de hoy en que sigue funcionando el cuarteto y recibiendo el estamento de los brujos distintos nombres, como expertos en espíritus, ceremonias, medicinas, mancias... etc. También se ensanchará la profesión con los poderes de ciertas artes y conocimientos de la Baja Edad Media y en los últimos siglos con los abundantes ismos del sentimiento civilizado y filosófico o moralista con los idealismos o las ideologías utópicas y humanistas para en los novísimos tiempos, lucir los soportes de la evidencia (no la creencia) y la supuesta exactitud que se fundamentan en la ciencia y la técnica. Con todo parece que el primitivo cuarteto sigue incólume: fenómeno de enorme potencia (ciencia, tecnología, dinero) significación añadida (poder), intérprete intermediario (especialista y traductor de ciencias, artes y comunicaciones) y la masa (productor-consumidor, la fuerza del número manipulado). Todo interdependiente. Dinamismo aparente que llegamos a llamar vida.

Estas variaciones, parecen tener como base, la creencia, el lenguaje, la significación, un tipo de consciencia de que todo es lo mismo, mezclándose en cada personalidad en proporciones ligeramente distintas (variaciones posibles en un arco limitado entre una cosa y su contrario que se refuerzan mutuamente haciéndose existir por antagonismo) y que intelectualmente se pueden describir como consciencias de predominio pre-lógico, lógico y postlógico, o de pensamiento-sentimiento-acción, mágico-emocional, emocional-reflexivo y reflexivo-intuitivo.

Hoy día se cree en brujas, espíritus, cartas, astrologías, mal de ojo... junto a fobias y obsesiones, alucinaciones y sugestión o hip-

nosis, viajes astrales y milagros... en un totum revolutum que contribuye a la confusión, el consumo y la perpetuación del círculo vicioso común que sostiene la organización-desorganización social, cuna del ego y (de sus parientes modernizados, las primeras generaciones de nomos y duendes del serial) siendo la clave la creencia personal ("cada cual que crea lo que quiera") y ésta es un reflejo social, es el ego la sede y el producto, la causa y el efecto (Karma) de las supersticiones vigentes, su sostén, ya que esta estructura utiliza cualquier medio (para eso está la autojustificación) por el que se asegure el beneficio y se anule el perjuicio, de manera que, la suerte o el destino, antes predestinación, se fuercen a su favor, por adivinación (o espionaje), vaticinio (o amenaza) o conjuro (compraventa): las fórmulas de los poderes fácticos o de hecho.

En resumen, cada personalidad estará condicionada, no a elegir, sino a seleccionar las magias o creencias con significado para su personal nivel de desarrollo mental. Con esto quiero decir que según lo expuesto, no elegimos nada jamás. Está claro que no podemos seleccionar lo que no nos gusta y menos todavía lo desconocido, de manera que sólo queda lo que proteja y asegure lo que nos gusta. Sólo la percepción de la realidad tal y como es nos libera de la ignorancia; sólo la liberación de la ignorancia nos permite ver la realidad tal y como es. Sólo la liberación de la creencia superstición en un Ego condicionado e ignorante nos sitúa en la realidad.

Los tópicos oriente-occidente, también sirven de soporte para el ejercicio mecánico de las supersticiones, prejuicios, lugares comunes, anécdotas que en términos Budistas llamamos "no conducentes". "Hablar o discutir sobre diferencias mundanas, dinero,

fama, política, religiones, sexo, familia, vecindario, gente importante... no conduce al despertar".

Estos estados de consciencia egocéntrica, con sus variaciones y juegos dentro de unos límites, sitúan al sujeto en un entorno, son su apoyo, donde se reconoce, donde se integra o desintegra en marginalidades, según su adaptabilidad, rebeldía autoafirmativa o intuición: juegos con la propia imagen. Todo está en su sitio. No puede ser de otra manera que como es. Otra cosa es la mente individual, ¿qué hacer con la propia intimidad?

Las gentes de todos los continentes tienen el mismo Ego, la misma mente interesada, con objetivos de ganancia, poder, fama, acumulación... etc. Las variaciones son más superficiales aún.

El motor de la colonización de los métodos de producción, consumo y compe-titividad es la codicia, lamentablemente acompañados de la contaminación y el expolio suicida del medio ambiente. Es la destructividad de la ignorancia. Aún sabiéndolo, continuamos (!).

Consecuentemente la luz de Asia se apaga. El Budismo va desapareciendo de Oriente y emigrando a los países desacralizados, desilusionados, desengañados, frustrados y protagonistas, donde rejuvenece en el corazón de los inadaptados a una civilización del bienestar y el despilfarro, incompletos y neurotizados. Es difícil encontrar un Budismo aligerado de cadáveres, de la hojarasca de los siglos. Se conservan Budismos reliquia, supersticiones populares, Budismos formales que mantienen las antiguas costumbres que dan cohesión a aisladas y pequeñas sociedades, y Budismos de exportación. Una evolución lógica: los Budas del pasado no existen si no se les actualiza con el cuerpo y la mente de cada uno. El sujeto solo, aislado, no puede realizarlo, necesita la ayuda de los

que caminan por el mismo sendero, la Shanga. “No es el sujeto el que actualiza, sino la actualización la que subjetiviza”. La experimentación transforma; la integración en el Cosmos, madura hasta la aparición del verdadero yo, la identidad como consciencia individual relativa.

El maestro Dogen, cuya Experiencia Transmite este libro, fue calificado por sus compañeros monjes de “innovador e independiente”, empujándole con sus críticas (curiosa selección) a construir sus propios monasterios donde explicar y practicar el Darma.

Innovación e independencia son invitaciones para todos sin olvidar que se trata de la enseñanza de Buda. Dogen buscó en la tradición China el origen genuino, más allá de dogmatismos, jerarquías y costumbrismo, parásitos que toda organización numerosa acumula, esclerotizándose, apergaminándose con los siglos. Deteniéndose en “discusiones sobre el ceremonial”.

Su independencia se fundamentó en los consejos de su maestro Nyojo, manteniéndose alejado de la ciudad y de los poderosos caciques que influirían en la formación de los principiantes.

En su tiempo fue un rebelde, un “heterodoxo”, al que los siglos y los practicantes, fueron bendiciendo. Aprender a vivir es un asunto presente, practicando la sabiduría de otro. Así aparece la verdadera forma. Pero ha de hacerse con esfuerzo. Alguien preguntó a un viejo maestro qué era el Zen y dijo: “Hacer el bien y evitar el mal”. A lo que se le replicó que tal cosa la conocían los niños de diez años a lo que el maestro añadió “pero después de decenios de práctica es necesario aún esforzarse”.

La aventura de vivir no consiste en inventarse una aventura que vivir (esto es una aproximación adrenalínica) sino en estar disponibles, vacíos para recibirla. Nadie sabe lo que es la vida o vivir

pero todo el que recorre el camino, la reconoce. Ser ignorante significa tener prisa para rellenar codiciosamente, arrogantemente, ignorantemente su conciencia-forma de previsiones supuestamente felices, de sueños. Sufrimos porque somos ilusos. Nos apegamos a nuestros sueños, porque son nuestros, aunque antes han sido de otros a quienes no hemos preguntado y a quienes tampoco haríamos caso porque creemos nuestro caso diferente. Confundimos sueños con realidad como cuando estamos dormidos. Proyectamos la vida como si fuera una película sembrada de nuestras preferencias: narcisismo, egocentrismo, egolatría, arrogancia, importancia personal, cualidades imaginadas de éxito juvenil. No entendemos ni la cosa más simple profundamente, en sus múltiples relaciones, como una simple hierba las establece con el cielo y la tierra. Sin embargo ¿hay algo en nosotros que capta en el Cosmos la máxima sabiduría que es?

Cuando prescindimos del apego a un deseo aunque sea ilusorio, en caso de no conseguirlo, no nos produce tanto sufrimiento. El Camino del desapego de los sueños del mundo, del personaje, es la investigación de un Buda realizada continuamente en las diversas formas del Zazen-Práctica-realización de todos los días. Éste es el fundamento de "Las Cuatro Nobles Verdades o Verificaciones": la primera enseña lo que es el sufrimiento; estar separados de lo que se desea, perderlo, no conseguirlo y estar unidos con lo que no se desea. El nacimiento, la vejez, la enfermedad y la muerte.

La segunda; la causa del sufrimiento es la ignorancia; la sed de existencia, el placer, la codicia, la ilusión, por tanto el apego al deseo. La tercera. El óctuple sendero y los seis paramitas que producen la cesación del deseo por el desapego. La cuarta dice que

suprimido el apego desaparece el sufrimiento.
“El óctuple sendero” consta de ocho prácticas que son: la intuitiva confianza en uno mismo. Fe, la capacidad de cuestionamiento o pensamiento adecuado, voluntad adecuada, acción adecuada, atención adecuada, meditación adecuada, medios de vida adecuados y esfuerzo adecuado.
Todas estas explicaciones se dirigen al yo del lector. Veo al ego en una parte antigua y una parte más reciente que se contrapone y por eso lo llamo contra-yo. Uno está nutrido, cargado por ideas tópicas, el otro por ideas, pensamientos y opiniones más bien contrarias. El que lee este libro ejemplifica que por algún motivo su ego antiguo no le basta y que busca nuevas orientaciones. Estas explicaciones son razonables y obligan a la mente pensante que busca beneficio, a la pelea, al conflicto de intereses, o mejor dicho, que el conflicto de la oposición de explicaciones conduzca a una victoria de lo más rentable, lo que se traduce por mayor apertura de la mente al cambio, al aprendizaje y quizás a la Práctica. Algo inexplicable que solemos llamar intuición, ayuda a los cambios.
Llegados a este punto el sujeto trata de hacer suya la nueva información, si coincide con sus inclinaciones y de aquí puede pasar a la Práctica del Zazen y otras disciplinas en la convivencia con la Shanga, los días de Sesshin o retiro aprendiendo a llevar el Zazen a cada momento de su vida sin discriminación por parte de contenidos.
No se trata de hacer prosélitos sino de compartir la experiencia, lo cual puede diluir prejuicios e iluminar miedos sin fundamento que obstaculizarían una inclinación incipiente al Despertar que después será “la mente que busca a Buda” que a su vez le llevará al camino y quizás a la verdadera Práctica-Realización.

El Budismo Zen, no es un invento, sino la sabiduría de los ancianos de muchas generaciones que Buda tras Buda se actualizó, comprendió y transmitió, comprobándose miles y millones de veces su eficacia.
¿Qué anciano de cualquier país no sabe que la vida es un soplo?
¿Qué anciano de cualquier cultura no sabe que todo se modifica y transforma, nada es estable, por la alegría viene el sufrimiento y el éxito no es duradero? ¿Cuál no comprende que todos hemos de morir y que nada permanece con nosotros una vez muertos y que nadie ha vuelto de la muerte para contar cómo se ha reencarnado?
La mayoría lo sabe pero ¿cuántos lo utilizan? ¿sabrían utilizarlo?, lo dudo, porque dicen que si volvieran a nacer, con lo que saben harían lo mismo pero mejor (con más beneficios).
Los agudos observadores que enseñaron a otros a observar el exterior y el interior, tanto la mente como el cuerpo, los Budas, tuvieron que pasar por todos los escalones de la evolución de la mente hasta que con ayuda se les abrió el ojo (shobogenzo: el Ojo y el Tesoro de la Verdadera Ley). Iluminación es seguir la sabiduría de otro.
En la China antigua, los monjes eran conocidos como los “expertos de la mente”, los yoguis psíquicos de la postura única, el Loto. Había extremismos y los seguirá habiendo, contaminaciones del mundo, pero esos no son seguidores del Buda.
El Soto Zen es una Práctica de urgencia, un atajo de los menos complicados de seguir para el sujeto concreto que aspira intuitivamente, porque se ahoga como un náufrago, a descubrir la Verdad del mundo y de su propia mente.
¿Cuál es el sentido de la vida? ¿Por qué tanto sufrimiento? ¿Hacia dónde vamos y de dónde venimos?... Preguntas capitales que

pocos se hacen iguales a las que Buda realizó, y el yoga y otras disciplinas no pudieron resolver.

Digo que la Escuela Soto Zen es un atajo o uno de los Caminos Budistas más simples posiblemente, porque el monje Patriarca Bodhidarma, que era indio, abandonó su país para transmitir la Enseñanza de Buda a China desprovista de complicación. Se dice que durante unos cuantos siglos, el darma se purificó entre los chinos, gente ingeniosa, práctica, intuitiva, que supo entender la esencia eliminando el intelectualismo sistematizante y detallista de la tradición, más milenaria aún que el budismo mágico hipernaturalista que traía, con la que fácilmente se alimenta la imaginación y el apego consiguiente a ella. Los monjes chinos supieron encontrar las formas o acciones más simples que expresaban la esencia y la acción como compendio insuperable de las mil explicaciones que nunca consiguen igualarla.

Las Escuelas del sur, sin embargo, conservaron y acrecentaron el verbalismo, la tecnología del acierto, los aspectos psicodinámicos y filosóficos, el perfeccionismo y a veces la superstición, que encuentra su oportunidad entre las palabras excesivas y la magia del gestualismo.

Siguiendo a Dogen y exagerando intencionadamente, Shikantaza, "el sólo sentarse (en Zazen)" y "abandonar mente y cuerpo propios y ajenos" (Jin shin datsu raku), es suficiente. "Primero iluminación y después comprensión" (del Shobogenzo Zuimonki de Dogen).

Si supiéramos que muchas veces al día nuestra mente está limpia, transparente y no nos damos cuenta ni sabemos usarla porque nadie nos ha enseñado a "ver" sino selectivamente, interesadamente, limitadamente y no podemos "saborear un mundo del que

se han retirado los límites, el mundo ilimitado “mugen”, como expresa el maestro Shuyu Narita...
Sabemos divertirnos, pensar, construir, sufrir de maneras condicionadas.
Hay gente por el mundo que percibe a veces con intensidad. Como ya comenté en el caso de algunos ancianos, o enfermos, gentes que han estado en graves trances de muerte y “su vida cambia” según explican, bien porque valoran de manera más intensiva y ensanchada. Sin embargo no sueltan su ego. El tan reiterado túnel de luz, es una creación de la propia consciencia, percibiendo su final, una forma de profundizar, un destello a desarrollar, un regalo, un esfuerzo de especie, el extremo de un hilo... Kensho o Satori.
¿Pero en qué queda todo eso?, superficial o profundo, no explica nada. Solamente la generosidad, sinceridad, disponibilidad y esfuerzo en recorrer un Camino, hacen útil el destello. Sólo su continuación de luz se hace lucidez; ver en la mente propia de un Buda.
No esconderse otra vez tras las máscaras del Ego que son el lenguaje, sentimientos, pensamientos, acciones egoístas, ataduras comunes, apegos comunes. Pero si lo hacemos, ¿a quién ha de importarle? En cien años solamente no quedan ni recuerdos. En tres generaciones o cuatro, completamente desconocidos, como si nunca hubiéramos existido. “No nacidos, no muertos”. Sin embargo los practicantes del Budismo tienen sus propios peligros; las resistencias, defensas encubiertas, poco conscientes, sutilezas verbales, como dando la impresión de haber comprendido, pero su miserable práctica les traiciona. Lo quieren todo sin dar nada. Patético, lastimoso. Sin hechos no hay Práctica. Los apegos les hacen incoherentes y tienen que abandonar, rara vez con buenas maneras.

“El Zen se manifiesta en las relaciones”.
No es posible profundizar si hay continuos cambios en la dirección del logro de los deseos. Esto es mantenerse en el mismo nivel de consciencia egoísta. Seguir los pasos del maestro nos sitúa ante un espejo. Si pedimos instrucciones avanzamos. Si no las practicamos estamos apegados a nuestras maneras personales. Éste no es el Camino para llegar al Camino, a “entrar en la corriente” superando la idea de tener un yo, las dudas sobre el buen funcionamiento del Darma, la confusión por la que acto ritual y cualquier acto son idénticamente vacíos.
Estas tres trabas clásicas son superadas en la toma de refugio en los tres Tesoros: Buda, Darma y Shanga, sus preceptos y en las Cuatro Prácticas fundamentales que son el Zazen, el Samu (trabajo), las Sesshin o retiros y el Dokusan, entrevistas con el maestro, relación directa.
La funcionalidad de la Consciencia que va madurando se verifica en la tendencia a armonizar con situaciones y personas, benevolencia y tolerancia, en la comprensión y compasión, en el estado de alerta fresco y vivaz, en el desapego, vacío de previsiones, la introspección y la tranquilización progresivas, la comunicabilidad en distintos lenguajes con el mundo vegetal, animal y cósmico con quienes la comunicación lo es de identidades, en independencia y libertad, impersonalidad o imparcialidad que se realizan sin mente y sin esfuerzo.
La ley del condicionamiento del rechazo del dolor y la persecución del placer, van dejando de ocupar el motor de la acción, comprobándose el sufrimiento como el pataleo infantil ante la evidencia de que cosas y personas no coinciden en cada momento con deseos ensoñados por nuestro personaje, “el constructor” que

Buda desenmascaró bajo la estrella matutina y el árbol del conocimiento poniendo a la tierra por testigo, tocándola con su mano derecha. Cielo, hombre, tierra, claves del equilibrio en prácticas orientales como el arreglo floral, a realizar cientos y cientos de veces, como la caligrafía, la preparación del té... etc.
El ego juega con el tiempo y el tiempo que sólo es memoria, pensamiento, ido y fijado, conservado en la mente, juega con el ego inventando el futuro, memoria proyectada hacia adelante, inundando entre estos dos elementos de malabarismo, esta clase de consciencia, no dejando lugar para el vacío, el absurdo, lo alógico, lo arracional, la paradoja, el humor... la realidad. Ésta es la costumbre, la línea de Aristóteles, la mecánica triunfadora, que ocupa el pódium de la manipulación. Es un proceso insidioso y mimético como una película de terror en la que las arañas invaden por millones la casa, entre los pliegues de la ropa de la lavandería. Nadie se entera.
Forma, consciencia, percepción, sensación y acción o formulaciones equivalentes como cuerpo, sensación, consciencia, percepción y personalidad, son los llamados cinco Skandas, los elementos que dan cohesión al ego dictador. La existencia es como una búsqueda a ciegas hecha con los recuerdos de otro. Investigamos con “nuestro” “Ego”, nuestras creencias, que no son originalmente nuestras sino copiadas, heredadas, añadidas, siguiendo ese insidioso proceso de autoidentificación y alimentación convencional nombrados. Después seleccionamos las que han resultado placenteras y satisfactorias calificándolas como experiencias positivas y negativas sus contrarias. Esperando éxito y felicidad en las primeras, referentes al ámbito social, familia, trabajo, amigos, sexo, dinero, diversiones, prestigio... ideales... es en las segundas donde el fra-

caso y la tristeza del fracaso se manifiestan supuestamente de manera que el valor de nuestro ego a nuestros ojos y los ajenos (imagen personal-social), es proporcional a la capacidad de llevar a cabo los sueños e imaginaciones del propio ego (ambición, estrés, paranoia). Tal autoafirmación de este self-made-man caricatura de otros made-man de plástico, militantes de plástico para batallas de plástico, victorias de plástico y muertes de plástico. ¿Para qué creer en nada ni nadie ante semejante carrera?
Observemos bien que no nos relacionamos realmente con nada ni con nadie, sino sólo con nuestros conceptos y opiniones mentales antagónicas en una cháchara continua utilizando todo lo que no es "yo" como instrumento de sueños egoístas. Investigamos pues nuestro ego y su terminación (como fin y etapa de la limitación). De alguien tenemos que recibir esta verdad: que el diálogo interno es un autómata que nos guía si somos ignorantes hacia el sufrimiento y la destrucción; a veces la autodestrucción en la forma de suicidio, cuando es la dictadura del ego lo que hay que suicidar, lo que sobra, lo inexistente. Si algunos lo comprendieran así, tomarían el momento como límite de la terminación de la falsedad de su vida. La investigación de nuestro Ego son las creencias, opiniones, proyectos e ideas sobre la felicidad; y lo hacemos en la familia, el trabajo, los ideales, las religiones, artes, ciencias, sexo, viajes, drogas, desgracias, enfermedades, desilusiones, sufrimientos, pruebas, variaciones,... como dije antes y todas nos parecen apropiadas en algún momento e incluso buenas y sinceras. Pero de este carrusel no hay manera de salir porque se trata de una autoafirmación paranoica, egocéntrica; la creencia en el yo excluyente del resto de lo que somos y de los demás. Visto así se trata de una adicción de una completa falta de fe en uno mismo y en otros (pre-

cisamente uno de los tres grandes obstáculos, la ilusión de tener un yo, cuya superación consiste precisamente en la Práctica de la fe en la propia Budeidad y la fe en la funcionalidad de los Tres Tesoros en los que refugiarse: El Maestro Buda, el Darma y la Shanga).
La creencia en un yo y la conducta consiguientemente egocéntrica es la manifestación de la ignorancia, es decir el desconocimiento de la Enseñanzas de Buda.
Pero además de investigar las limitaciones del Ego, investigamos parcialmente, interesadamente, cuanto entra por nuestros sentidos. La mente pensante "el ladrón de las sensaciones", ha ido convirtiendo a los seres vivos en cosas, poniéndoles nombre y uso (como en un cuento de hadas). Investigamos un Cosmos desmembrado, sin percibir su unidad e interdependencia, su sabiduría...
Así el yo, al ser descubierto como mi propio director y guía en las graves consecuencias de sus comprobadas limitaciones (recordemos la promesa, la pasión de felicidad en los quehaceres sociales, el poder, la fama, la prepotencia, codicia, arrogancia... etc.) provoca su propio destronamiento y por él, a su través, encontramos el camino ilimitado. El Cosmos "desmembrado" por el yo, es percibido, sin el yo, ilimitadamente. Ésta es la sabiduría del Universo proclamada por todas las cosas; Kensho, Satori, cuando se percibe el golpe.
Así que investigamos el Cosmos como a nosotros, por el lado falso. Utilizamos el Cosmos como a nuestro cuerpo, para nuestros sueños, como personajes que son conducidos al fracaso, el sufrimiento y la muerte, por su propia falsedad. Es la muerte falsa, el vacío de la separación de Todo. El yo "autosuficiente" está solo en ese vacío muerto y fantasmal.

La mente de un personaje sin Budeidad, sin Talidad, que no existe por sí mismo. Un artificio, un “fuego fatuo”.
La apertura de la mente-cuerpo-mundo y su unificación, la liberación de los sentidos, es algo percibido por mucha gente (que, rara vez pasa, da el paso a practicarla).
Esta nueva línea de desarrollo de la consciencia, la ilimitada, este ensanchamiento, no puede hacerse directamente, sin la experiencia de la desilusión. No se actúa sobre una ilusión, se practica una realidad y con ella va la percepción de lo falso espontáneamente. Una vez percibido, abandonar dudas o replanteamientos. Profundizar en lo falso, dijo Dogen, no es aconsejable. Ni por la astucia, ni por la fuerza. No se trata de una reeducación sino de aprender a vivir. Las energías dedicadas antes al egoísmo, se dedican a la Práctica diligentemente, lo que se pueda. Pensamos que cada instante de práctica es realización, es verdad, es perfecto y eterno (siempre presente). Las antiguas mañas de la comprensión egótica, no sirven ya. La iluminación es simultánea al abandono del mundo, dice el maestro. Por tanto no se trata de la destrucción del yo como estructura básica, sino como superestructura ilusoria. Igualmente no se trata de la destrucción del mundo (críticas, apartamiento, vuelta a las cavernas...) sino de mi descubrimiento y cuidado como el Paraíso de los Budas. Dejar caer el mundo es igual que dejar caer el yo, cuando esto ocurre, emerge la verdadera consciencia.
En una conversación o leyendo un libro que nos explique estas mismas cuestiones se nos ocurre la pregunta ¿Cómo admitir que la realidad sea otra cosa que lo que estoy percibiendo ahora?
¿Cómo comprender que vivimos un sueño, que encarnamos o representamos un personaje unas veces ilusionado y otras desilusionado, que se queja de la vida, o quiere más de algo y menos de

otra cosa, y atribuye a otros la causa de sus males? ¿Cómo aceptar que no sabemos vivir? Que todo lo percibido de manera egoísta es falso y sólo existe en nuestra mente superficial que es vacío, aprendizaje, artificio. ¿Cómo reconocer que la mente egoísta construye un mundo que solamente existe en nuestro cerebro y además excluye y compite con los mundos particulares de los demás? ¿Cómo encontrar un mundo único? ¿Cómo armonizarlo todo?

Si alguien se hace estas preguntas ya está comenzando a contestarlas. En ellas están las respuestas pero no le van a servir de nada. Comprender es asunto de Práctica de las Enseñanzas de Buda. Antes de la cosecha hay que preparar la tierra, que respire, abonarla, protegerla de hierbas invasoras, drenarla, plantarla, vigilarla y atenderla en lo necesario. Cada uno de estos pasos es Práctica. Esto lo entendemos.

También entendemos y no nos extraña, que todos los oficios se aprendan de otro, haciendo lo que hace el que va delante.

También comprendemos que creemos ser nosotros mismos cuando estamos dormidos y nos abandonamos, sin miedo al sueño.

Sabemos igualmente que todo cambia y especialmente nuestros deseos. Nada es permanente a excepción del Gran Vacío del Universo sin forma, donde "no hay creación ni destrucción".

Con todas las cosas que sabemos comenzamos una búsqueda que un día deja de serlo. Mientras lo es resulta difícil porque hay objetivos. Encontrar una disciplina y un maestro es una peregrinación, sembrada de dificultades. ¿Por qué iba a ser fácil?, ¿por qué la mente egoísta se ha ejercitado en el logro inmediato del deseo o patalea y sufre de frustración infantil? Es muy coherente que sea difícil. Es la sabiduría quien selecciona. La mayoría se cansa

pronto. No se purifica. Los aspirantes son muchos, y de variadas características. Bien dotados, medianamente y mal dotados. Unos progresan a través de la mente más que del cuerpo, otros al contrario. También los hay que necesitan un rodeo, cultivando la forma, otros el pensamiento, otros la intuición. Para cada uno de ellos hay una forma de Budismo. Teniendo todos el mismo origen, el desarrollo es diverso y se adapta a las características del necesitado. El aspirante se siente atraído más por unas disciplinas que por otras.

Los Budismos que expresan con formas variadas las enseñanzas de Buda las conocemos como Escuelas y podríamos agruparlas junto a los individuos correspondientes. Los de mayor componente emocional se caracterizan por su teatralidad, espectacularidad, puesta en escena. Las Prácticas abundan en ceremonias de masa, ropajes ampulosos, instrumentos musicales, gritos y palmadas que captan la atención de los seguidores por la estimulación de sus sentidos.

Estas maneras facilitan la apertura de la mente por caminos populares y de sugestión colectiva muy eficaces para mover los niveles de consciencia y satisfactorias para los practicantes, quienes dedicados con fuerza y devoción, evitan dañinas inclinaciones de su personalidad supersticiosa y prelógica, tanto en el aspecto social como en otros siendo sujetados, psicológica y moralmente, por su pertenencia a un grupo donde reconocen su identidad y se ayudan mutuamente.

Por otro lado los Budismos más bien racionales, lógicos en los que el componente intelectual, el rigor y la coherencia les caracterizan, se fundamentan en la erudición, el conocimiento de sutras y comentarios. El aspecto filosófico y psicológico propio de las éli-

tes culturales benefician en otros aspectos a sociedades e individuos. Su presencia tiene gran prestigio y son escuelas con mucho menor número de adeptos.

Finalmente los Budismos intuitivos, más allá de la lógica, más bien paradójicos, inconsecuentes, experimentales, innovadores, revitalizadores... son más escuetos, silenciosos y escasamente conocidos. Estos dos últimos iniciáticos.

En todos ellos hay mezcla de todos, especialmente cuando tratamos a un maestro concreto, pero como organizaciones con signos externos, pueden llegar a ser extravagantes y algunos de ellos a parecerse demasiado a organizaciones empresariales.

En cualquier caso son la piel, la carne, los huesos, y la médula de Buda.

Una vez más Dogen nos recuerda la escasa comprensión de muchos llamados maestros e instructores del Darma.

Puesto que en principio ha de haber lugar y formas para todos los que necesitamos ayuda, después, el propio camino, orientará lo suficiente. La medida de la verdadera mente es ilimitada e idéntica en todos nosotros aunque de diversa manifestación perceptiva y aperceptiva (sin consciencia y con consciencia). Sólo la cáscara, la apariencia, lo adquirido mal interpretado (ego), tiene límites. El verdadero Bodhisattva, monje o laico (aunque monje y laico son lo mismo básicamente para quien está dedicado a un solo camino) no cura la herida mirando las distinciones y categorías del herido.

Éste es un libro de Sabiduría que paradójicamente explica algo de una experiencia inexplicable. Que el lector no se engañe; entenderá progresivamente aquello que practique pero creerá que entiende más hasta que entienda sin entender. La sabiduría se protege a sí misma de creencias autocausadas.

El dicho clásico “un libro entrega su saber al cabo de cien lecturas”, no sólo quiere decir que cada una de ellas aumente la comprensión, sino que depende de lo que las practicamos.
La sabiduría se practica sin conocimiento, poca comprensión, fe e intuición. Es el estudio atento y dilatado de la Práctica, propio de quienes nos enseñan, la que conduce al Despertar.
La guía del camino no evita su ejercicio, como disponer de un mapa no sustituye el recorrido de la montaña, donde cada paso se apoya en el anterior ilimitadamente.
Esta ilimitación no disuade ni agota al que ha experimentado que la Práctica es ya Realización.
En la meditación, dijo Buda, hay varios Samadhis que hemos de recorrer, como en la cotidianidad, que maestros y compañeros nos ayudan a aclarar.
Recorrer y recorrer los Samadhis hasta que no sean motivo de confusión y nos abandonemos a la sólo Práctica. Hay samadhi cada vez que hay fusión, unificación del sujeto y el objeto, no pensamiento, no yo. En los niveles más primitivos de nuestra naturaleza, en el mismo momento en el que se encuentran la gran necesidad intuitiva y su objeto: sed-agua, hambre-comida,... frío, calor, sueño, sexo. También cuando la abstracción es total realizando trabajos manuales, limpieza, cocina o intelectuales o artísticos.
De igual manera hay samadhi en la quietud, la tranquilización absorta.
En estados propiamente meditativos, cuando la absorción ocurre en la Nada ausencia de Todo o en la contemplación de la Nada con presencia de Todo (situación), que es ver con la mente de Buda dentro de la propia naturaleza, el cuerpo de Buda de todos los seres tal y como son en una acción no egoísta o no-acción, que es

la armoniosa acción del cosmos o realización en cada momento concreto.
Kensho o Satori es una eclosión perceptiva, una experiencia de choque, fulminante, repentina, de corta duración, de la apertura total de la mente, una iluminación; autorealización que todo lo cambia. Puede presentarse tanto en un practicante como en uno que no lo es al que le resultará algo extraño, sin valoración, en la cultura occidental y que suele conducir a interpretaciones falsas. En los practicantes puede ser influida por retiros (sesshin) de gran dureza, con escasa comida, descanso, sueño, comunicación...
Es una práctica discutida por forzar y acorralar la energía a la manera ascética claramente desaconsejada por el propio Buda. Aunque es una movilización impresionante no es significativo el número de los que después continúan practicando. Sin embargo en los sujetos de clara resolución, constituye un hito, una experiencia que aunque no comprendida, es indiscutiblemente orientadora. Estos relámpagos de Satori, consciencia lúcida de gran concentración, pueden repetirse en gradaciones que expresan la madurez del practicante, con frecuencia explicables para él mismo, facilitándole una comprensión más profunda, pero no es algo que deba pretenderse ni manosearse.
En la propia naturaleza están las huellas de los Buda.
En el Zazen todas las consciencias y sabidurías.
En la transmisión directa, todas las instrucciones.
En el Camino recorrido, todos los conocimientos.
Aunque estas palabras te parezcan pretenciosas y hasta pedantes, no temas comprobar por ti mismo su veracidad; “sé tu propia lámpara”.
Dijo el maestro Menzan, “la cuestión es fácil, la dificultad está sólo en abandonar las preferencias.”

Cada vez que tomes este libro en las manos, del que te ruego no te desprendas nunca, ni le des a leer a quien no esté preparado para ello, lo harás con más respeto, reverencia, utilidad, agradecimiento y desapego.Hacer Gassho, tocar con el libro tu cabeza y quemar incienso es noble Práctica que dignifica todo lo presente.
¡Disfrútalo!
Gassho. Reverencia a todos los seres y cosas.
A la Sanga* que ha compartido los trabajos de esta edición.
Un año acaba y otro empieza. (1)
SOKO DAIDO

* DOSHIN SOKO
JUDO
SHOBO
SHOSHIN
HONSHIN
SUSHO
KOMYO

(1). En occidente la palabra iluminación tiene un uso despectivo, por lo que en su lugar entenderemos lucidez. Además así se entiende que es asequible a todo el mumdo por no tratarse de un estado especial.

RESUMEN DEL SHOBOGENZO

CAPÍTULO 1

GENJOKOAN

“La actualización de la iluminación”

Cuando todas las cosas son el Buda-Dharma hay iluminación, ilusión, práctica, vida, muerte, Budas y seres sintientes. Cuando todas las cosas son vistas sin tener substancia alguna no hay ilusión, ni iluminación, ni Budas, ni seres sintientes, ni nacimiento, ni destrucción.

Es una ilusión tratar de llevar adelante nuestra práctica e iluminación a través de nosotros mismos, cuando es a través de los fenómenos.

Aprender el Camino de Buda, es aprender sobre uno mismo. Aprender sobre uno mismo es olvidarse de uno. Olvidarse de uno es percibirse a uno como a las cosas. Realizar esto es dejar caer el cuerpo y la mente propios y ajenos. Cuando llegas a esta fase, te desatarás también de la iluminación y la practicarás continuamente sin pensar en ella.

Si practicas adecuadamente y vuelves a tu origen, verás claramente que ninguna cosa es permanente. No intentes comprender la naturaleza de los fenómenos sólo a través de tu perceptividad confusa, porque tu naturaleza es eterna (cósmica).

Así como no decimos que el universo se cambie en primavera, tampoco decimos que la Vida cambie con la muerte. A esto lo llamamos “no devenir” y “no destrucción”.

Cuando los seres sintientes logran la iluminación, es como la luna

reflejada en el agua, ninguno de los dos resulta afectado o mojado. Por eso creemos que la iluminación no causa dificultad alguna en la vida de la gente ni sea un obstáculo.
Aún cuando la Verdadera ley no es totalmente lograda, física y mentalmente, hay tendencia a pensar que la poseemos y que nuestro trabajo ha terminado. Si el Dharma está presente completamente, se trata de la realización de nuestras propias insuficiencias. Dependiendo de puntos de vista, vemos las cosas de diferentes maneras. Para entender varios tipos de puntos de vista, debemos estudiar nuevos aspectos y virtudes de nuestro alrededor, pero deberiamos saber que lo mismo hemos de hacer con nuestro interior. Hasta sobre una sola gota de agua (minuciosamente).
Los pájaros vuelan, los peces nadan, el aire y el agua son su vida; si les separamos de ellos mueren. Así es la práctica de la iluminación: sin separación. En el Dharma, el hombre vive. Esto es actualizar el Dharma a diario, practicar la iluminación en cada cosa, renovar la percepción, profundizar.

Escrito a mediados de otoño, 1233 y dado al discípulo laico Yokoshu de Kyosho.

CAPÍTULO 2

MAKAHANNYAHARAMITSU

“La realización de la Gran Sabiduría de Buda”

Cuando los cinco SKANDAS - materia, percepción, concepciones mentales, volición, consciencia- son observados a través de prajna, se perciben como vacíos: MU.
Buda dijo al monje preocupado que pensaba sobre prajna, “Está bien que pienses pero el prajna paramita no debe ser sondeado o analizado por tu intelecto”. Es demasiado profundo e ilimitado.

Prajna, la sabiduría es uno de los seis paramitas. Para aprender prajna, hay que aprender el vacío. Para aprender el vacío hay que aprender prajna. Prajna-paramita es el objeto de los discípulos: descubrir su significado. Por eso siguen las enseñanzas y protegen el Dharma, decia Indra, y Subhuti le contestaba no haber diferencia entre prajna-paramita, Bodhisattva y Vacío. Proteger el Dharma, es recibir, leer y cantar los Sutras. Servir al Buda, es encontrarse con la verdad.

Escrito para los monjes de Kannondori-in durante la práctica intensiva, 1233, y transcrito por Ejo en la habitación del jefe de discípulos. Marzo, 1244 en Kippoji, prefectura de Fukui.

CAPÍTULO 3

BUSSHO

“La Naturaleza de Buda”

Todos los seres sintientes poseen la Naturaleza Búdica. El Tathagata es permanentemente libre y no sujeto a cambio.

Comprender esto ya es liberación y desapego. Entender Buda es entender Naturaleza. Entender no es sólo conocer sino practicar, descubrir, aclarar y después olvidar. Esta explicación sobre practicar o iluminar, acertar o equivocarse pertenece a la circunstancia. Principiantes y no creyentes opinan que si todo es cuestión de oportunidad, esperando, Buda aparecerá como caído del cielo y no es así sino que se trata de buscar el tiempo y la circunstancia. Si incluso dudamos, Buda ya ha aparecido.

Mi nombre común no es mi verdadero nombre sino Naturaleza Búdica que hemos de buscarla y encontrarla a cada hora del día comiendo o bebiendo.

La Naturaleza Búdica es actualizada después de convertirse en Buda, no antes, y lograr la Budeidad es simultáneo. Siguiendo a

un buen maestro y estudiando los sutras, este estado es el más divertido que se nos da.
Hemos de sentir totalmente la verdad de los seres sintientes. No y si poseen la naturaleza de Buda; mientras no lo sintamos, no hemos experimentado todavía la N.B. la Impermanencia es ella misma N.B. y la permanencia, la mente que discrimina.
Cuando experimentamos la Naturaleza Búdica se hace verdad que los seres sintientes no poseen la N.B.
Por tanto ya que hierbas, árboles y arbustos son impermanentes son N. de B. La verdadera impermanencia del cuerpo y mente del hombre, es N.B. Lo mismo la más alta iluminación y paranirvana, si quieres ver la N.B., dejar libre a ti mismo, lo simbolizamos por la luna, el círculo; luna llena, clara y brillante.
La Naturaleza de Buda se actualiza en la forma, el cuerpo, los cuatro elementos, los cinco SKANDAS. El cuerpo sentado en Zazen manifiesta el Dharma. Zazen es la piel, carne, huesos y médula, el ojo y el tesoro de la Verdadera ley.
Éste es el camino y el estudio y la práctica. Hay un tiempo para comprender y otro para expresar.
Hyakujo decía que los cinco agregados son nuestro cuerpo incambiable. No deben obstruir la puerta. Utilizar la vida sin aferrarse a ella. Utilizar la muerte sin ser estorbados por ella. Ni amar la vida ni temer la muerte, son el campo de la Naturaleza Búdica. No atarse. Vida y muerte son simplemente el resultado de la causación. La Naturaleza Búdica es inconcebible para la mente racional.
(Escrito y dado a la asamblea de monjes de Kannondori, Koshohorinji, Octubre 1241. Recopilado por Ejo en 1243).

CAPÍTULO 4

SHINJINGAKUDO

"Aprender a través del cuerpo y la mente"

Dijo Ejo: Tenemos práctica e iluminación pero armonizarlas tiene alguna dificultad. Si no lo hacemos, es fácil extraviarse.

Hay dos formas de práctica budista. A través de la mente debemos entender varios estados de consciencia y después desarrollar BODAISHIN "La mente que busca a Budha". Si lo hacemos con sinceridad, seremos capaces de sentir su compasión sobre nosotros y dominar práctica e iluminación.

Los distintos estados de la mente son:

KOBUSHIN: La mente original de Buda.

HEIJOSHIN: La mente de todos los días.

SANGAI ISSHIN: La mente universal cósmica.

Su fuente es la NO MENTE, la verdadera mente budista, no dividida y más allá de la discriminación de los opuestos y no analítica. Para comprender el verdadero camino, necesitamos "pensar sin pensar". Cortarse el pelo y vestir el kimono es el marco del que desea aprender, ir más allá de la mente. Es necesario una gran determinación.

La actividad de todos los Budas está basada en el no-pensamiento. Si continuamente lo practicamos, la iluminación aumenta. La mente unificada no está fuera o dentro, va y viene libremente sin atadura alguna. Un pensamiento: montaña, agua... siguiente pensamiento: una nueva montaña... cada pensamiento es independiente, creado de nuevo, vital e instantáneo. La mente unificada o indivisa, transciende los opuestos, más allá del mundo de lo relativo. Aceptamos las cosas como vienen, independientes y

momentáneamente. Hemos de distinguir claramente entre realidad e ideas sobre la realidad. Por ejemplo hay una gran diferencia entre simplemente vivir en casa y una verdadera renuncia al mundo.

Hay varias maneras de lograr la tramsmisión y el conocimiento. Dos de las principales son TENJI Y TOKI. La primera la usa el KOAN, la segunda ajusta la enseñanza a la habilidad individual del discípulo.

“Los tres mundos son sólo mente” o “el mundo del Dharma es nada sino mente”, son nociones abstractas. Usamos la expresión “muros, tejas, piedras”, los elementos básicos de una casa para enfatizar el hecho de que “los tres mundos son sólo mente” (forma, vacío y apego), tiene que convertirse en un concepto de la vida diaria.

El maestro Sozan fue un hombre libre. Su poder provenía del desapego. Simplemente aceptaba que el barro era barro y el agua sucia, agua sucia, sin gustarle o disgustarle.

HOTSUBODAISHIN, es la mente del verdadero seguidor del Camino de Buda. La percepción continua de la mente de Buda.

Aparece espontáneamente por ser el origen de toda real actividad y no es influenciada por lugar, circunstancia o Karma. Cuando la Práctica ha madurado, nos damos cuenta de que el mundo del Dharma está protegido por la verdadera experiencia de la mente que es Hotsubodaishin. Todo lo que parece opuesto trabaja junto: dos sustancias, una identidad.

A Daisho KOKUSHI le preguntaron ¿Cuál es la mente original de Buda? y dijo -“muros, setos, tejas, piedras”. La gente no considera usualmente a esto la mente de Buda y sin embargo expresan estas cosas la naturaleza de Buda. Simbolizan “la mente ordina-

ria”, la de todos los días. De ella procede la firmeza de lograr (HOSSHIN) la suprema iluminación que es autogenerada, no viene de otros y de ella procede también la iluminación como su natural actividad.
Aprender a través del cuerpo es más difícil aunque ambas deben ir juntas. Esta unificación es llamada SHINJITSUNINTAI “el real cuerpo del hombre”. Es la percepción de “la consciencia ordinaria” a través del mundo de los fenómenos. El maestro HYAKUJO dijo: “el hombre posee originalmente el puro desapegado cuerpo de Buda y su mismo cuerpo es Buda”.
Una afirmación así sólo puede ser pronunciada tras años de méritos, práctica e iluminación.
Este nivel se caracteriza por un completo desapego, serenidad perfecta y unificación de la subjetividad y la objetividad. Llegados aquí, podemos ayudar a otros.
El Dharma puede ser predicado de tres maneras: Usando la propia experiencia y explicaciones. Utilizando las vidas y dichos de otros. Enseñando por medio del ejemplo. Suele creerse que se hace en beneficio de otros sin embargo se trata de una extensión de nuestra propia práctica que transciende a nosotros y a los demás.
Shujitsunintai, es nuestro cuerpo real. Siguiendo el camino, gradualmente, nos convertimos en conocedores del profundo significado de los actos diarios, como inclinarte (gassho o sampai), pintar o limpiar. El tiempo pasa y la vida se transforma.
El maestro KOKUGON dijo: “La vida es la total actividad de la vida, la muerte la total actividad de la muerte. Ambas son las actividades del Gran Vacío”. Para comprenderlo debemos tener la experiencia de Hotsubodaishin.

SHINJITSUNINTAI: es la clara observación de la vida y de la muerte a través del cuerpo y la mente (sin discriminación).
Igual que hay montañas altas y bajos valles, iluminación e ilusión, hay ramas del norte y del sur del Zen. Todas en el mismo camino.
Transcender la discriminación de los opuestos, descubrir la total realidad, y conseguir el desapego, es la completa libertad.

Dado a los monjes de Horinji. Sep. 1243.

CAPÍTULO 5

SOKUSHINZEBUTSU

“Nuestra Mente es Buda”

Significa la actualización de la mente de Buda a través de nuestra experiencia. Darnos cuenta de que todos y cada uno de los aspectos de la existencia están separados y forman una existencia única e independiente; es la Naturaleza de Buda y lo llamamos “Cuerpo y Mente dejados caer, abandonados”.
Demasiado pensar y nos situamos fuera de objetivo; demasiado poco y nos quedamos cortos.
Preguntaron al maestro Gyozan ¿Cuál es la transcendente, pura y radiante mente? a lo que contestó: “montañas, ríos, tierra, sol, luna, estrellas”. La existencia natural de todo ello es la verdad.
“Nuestra mente es Buda”, no puede separarse de la resolución de lograr la iluminación, la práctica religiosa o el nirvana y su experiencia. Aunque sólo sea durante un momento podemos comprender que nuestra mente es Buda.

Dado a los monjes de Kannondori-in, Koshohorinji. Mayo, 1239. Transcrito por Ejo. Julio, 1246, jefe de discípulos en Eiheiji.

CAPÍTULO 6

GYOBUTSU IIGI

"Las dignificadas actividades que resultan de practicar la Mente de Buda"

La Práctica-Iluminación no es "Nada" u "Otra cosa" o "Alguna cosa". Es tú como tú rnismo. Abandonamos el yo en lugar del Dharma.

Total práctica es total iluminación pero no debe ser forzada.

Confiar en la mente y en los elementos. Es un proceso de confianza, como abandonar la vida y la muerte.

Registrado en octubre, 1242, para Kannandori, Koshohorinji, por Shamon Dogen.

CAPÍTULO 7

IKKAMYOYU

"El Universo entero es una brillante perla"

El Gran Maestro Soichi, que era pescador, seguramente no esperaba atrapar "el pez de oro" (la iluminación) sino a sí mismo.

El título, que es una frase del maestro Gensha, significa que no es esto o lo otro. Cuando trascendemos las formas, emerge.

Un monje preguntó a su maestro ¿Cuándo las sensaciones aparecen, estamos separados de la sabiduría? A lo que le contestó - Abandona esa separación, ¡transciende la discriminación! Objetividad y subjetividad, son de esos términos a través de los cuales podemos encontrar el universo ilimitado.

Gensha comentó la frase y preguntó qué podía significar. Dogen dice, es la ocasión en que Buda sucede a Buda, el Patriarca al Patriarca y Gensha se convierte en Gensha. Incluso si intentamos salirnos de aquí, no hay lugar a donde ir.

Está en nuestro interior, su luz nunca cesa, es nuestro rostro original y ojo iluminado, la vida y la muerte, están afectados o perplejos.

Dado en Kannondori, Koshohorinji, Uji, 1238. Transcrito por Ejo en Kippoji, 1243.

CAPÍTULO 8

SHINFUKATOKU

“La mente espíritu no se deja atrapar ni puede ser comprendida”

Usar esta “mente indefinible" para pensar y analizar.

Hay una gran diferencia entre adquirir conocimiento a través de los libros o por experiencia. Un pastel pintado no quita el hambre.

La preparación para la iluminación es larga pero finalmente llega de repente, como por casualidad. Sin embargo no se trata de un acontecimiento insignificante o un accidente. Para transmitir la ley, debéis ser diligentes, serios y modestos en el estudio del Camino Budista.

¡No seáis perezosos! No evitar esfuerzos. Son necesarios para progresar. No limitéis vuestra mente. Intentar atraparla (ya dije) que es como intentar comerse una pintura de un pastel de arroz.

Dado a los monjes de Kannondori, Koshohorinji, 1242.

CAPÍTULO 9

KOBUSSHIN

“La original e inalterable mente de Buda”

Esta inalterabilidad o igualdad contiene, así y todo, una diferencia en cada Patriarca, lo que ellos tienen en común es la original mente de Buda.

El estudio del Camino de Buda es el estudio de la iluminación de



EL HONORABLE SODEN SHUYU NARITA
Abad de Todenji. Japón.

un Buda (un Buda presente y los antiguos Budas demuestran la igualdad e inalterabilidad). Eterno presente. Decía Nyojo "me encontré con un anciano Buda en esta montaña y me dí cuenta por intuición de lo que era un antiguo Buda" (refiriéndose a Wanshi).
Si no tenemos un verdadero encuentro de mentes con la original mente de Buda, nunca lograremos el más alto entendimiento, sólo un antiguo Buda reconoce a un antiguo Buda.
Un monje preguntó a DAISHO "¿Cuál es la mente original de Buda?" A lo que replicó "Muro, teja, piedras". Todas las cosas y por todas partes, son el cuerpo-espíritu original de Buda-mente.
Este nivel de comprensión es el verdadero desapego.

Dado a los monjes de Rokuhararnitsuji, 1243. Transcrito por Ejo, 1244.

CAPÍTULO 10

DAIGO

"La Gran lluminación"

La verdadera Transmisión del Gran Camino, es entregada a través de la experiencia y la práctica de la iluminación, que debe ser abandonada para lograr la libertad.
La Gran iluminación es la actividad cotidiana de los Budas y Patriarcas en la que no hay que pensar.
Los Budas pueden abrir la puerta de la iluminación con la llave de la completa libertad.
Los seres humanos disponen de diferentes modos de realizar la iluminación. Unos sobre el significado de la vida desde el nacimiento y son liberados en varias etapas de su vida en el comienzo, el medio, y el final. Otros dominando el verdadero significado del estudio de sí mismos, su piel, músculos, huesos y médula. Otros transcendien-

do el mundo de los opuestos. Otros en fin, ganan el autoconocimiento sin frecuentar maestros, sutras, u otros medios; su verdadera naturaleza se manifiesta por sí misma.
Diferentes tipos de personas tienen diferentes medios de realización y todos poseen la habilidad de entender la verdadera función y significado de su propia naturaleza.
Si todos poseen esta innata habilidad podemos decir que ya están iluminados, han recibido el sello de la iluminación y practican el Camino de Buda.
Cuando Budas y Patriarcas están iluminados ellos están simplemente, volviendo a su hogar original, la naturaleza original de Buda.
Convertirse en un Buda es tener la iluminación de Buda; dinámicamente, viviendo la iluminación. Es innata, creciente, cubre los tres mundos y se manifiesta por sí. Entonces podemos ver nuestra propia Gran Iluminación.
La Gran Iluminación no es solamente una ausencia de ilusión. Cuando hay Gran Iluminación hay gran ilusión también.
No sólo un hombre de Gran Iluminación aumenta su iluminación sino también un hombre de Gran Ilusión aumenta su iluminación.
¿Podemos deterrninar si un hombre de Gran Iluminación es posible que tenga ilusiones, si cambia o la Iluminación lo cubre y abarca todo, o todo es ilusión?
El aumento de Iluminación podemos decir que es como aquel ladrón que robando no era capaz de reconocer a su hijo y viceversa. Sin embargo la Gran Iluminación reconoce a un ladrón como ladrón y a su hijo como a su hijo.
KEGON decía “un espejo roto nunca vuelve a reflejar”. Cuando ha sido roto es el tiempo del desapego. Observar en qué pensa-

mientos está esta ausencia.
Mucha gente piensa que si uno tiene Gran Iluminación y deviene en Buda, es diferente de la gente ordinaria.
"Gran Iluminación" es sin principio ni fin, y esto es ilusión. La Gran Iluminación contiene la ilusión, es nuestra Gram Iluminación, como nieve que cubre todo montañas, rocas, y árboles. Llena las existencias por todas partes. La comprensión debe ser lograda a través del propio cuerpo y mente, no de las interpretaciones de otros sólo. Hemos de reflexionar sobre el hecho de que todas las cosas están contenidas en nuestro ser original.
Hay monjes que no se cortan el cabello y no entienden el Budismo aún estudiándolo mucho tiempo. Están preocupados por convertirse en Budas, esperando la iluminación, son gente vulgar ¡Nunca han tocado el Budismo real y piensan que la iluminación viene como resultado de su Zazen!
Piensan también hoy que hay dos estados el de iluminación y el de no iluminación. Que uno se convierte en otro. La no iluminación siempre ha sido una forma de iluminación. Por ejemplo ayer no estaba iluminado y hoy sí. Poseemos en la presente iluminación, la de ayer. La Iluminación, no comienza en el momento de la percepción. Todas las cosas, ahora, en el Presente Eterno es Gran Iluminación.

Dado a los monjes de Kannondori, Koshohorinji, 1243. Recogido por Ejo en Kippoji en 1244.

CAPÍTULO 11

ZAZENJI

"Instrucciones para el Zazen"

El estudio del Zen quiere decir, la práctica del Zazen. Exige un

lugar tranquilo, sin humedades o corrientes de aire y una estera gruesa sobre la que sentarse. Puesto que es la misma postura de Sakiamuni cuando encontró la iluminación, pensemos en el lugar donde estamos sentados como “La Sede del Diamante”. Algunos monjes practicaron sobre grandes piedras, mientras que otros, los siete Budas, sobre un manojo de hierbas silvestres.

El lugar del Zazen no debe estar demasiado oscuro, más bien con moderada luz, diurna y nocturna, caliente en invierno y fresco en verano. Descansando la mente y el cuerpo, cortar toda actividad mental. No pensar en el tiempo, circunstancias, ni aferrarse a buenos o malos pensamientos. Zazen no es autoconciencia ni autocontemplación. Nunca intentar convertirse en un Buda. Desapegarse de las nociones de echado o sentado. Comer y beber moderadamente, no perder el tiempo. Poner atención en la propia práctica. Aprender del ejemplo del Quinto Patriarca Konin del monte Obai. Todas sus acciones eran la práctica del Zazen.

Cuando practiques Zazen, viste un Kesa y utiliza un cojín redondo. No te sientes en medio, coloca el frente bajo tu trasero, cruza las piernas y pósalas en la estera. El cojín deberá tocar la base de tu espina dorsal. Ésta es la postura básica pasada de mano en mano, de Buda a Buda, de Patriarca a Patriarca.

Usar del loto completo o del medio loto indistintamente. En el primero el pie derecho está sobre el muslo izquierdo y el pie izquierdo en el muslo derecho. Manteniendo las piernas horizontales y la espalda derecha. En el medio loto, el pie izquierdo está sobre el muslo derecho y el pie derecho bajo el muslo izquierdo. La ropa, suelta y arreglada. La mano derecha sobre el pie izquierdo (planta), la izquierda sobre el derecho. Los dedos pulgares rectos, tocándose ligeramente. Ambas manos contra el abdomen y los

dedos gruesos a la altura del ombligo. Recordar enderezar la espalda continuamente. No ladearse a derecha o a izquierda, ni inclinarse hacia adelante o atrás. Las orejas en la línea de los hombros, la nariz en la vertical del ombligo. La lengua contra el paladar. Respirando por la nariz; dientes y labios juntos. Ojos abiertos naturalmente.

Al comienzo, apaciguar mente y cuerpo con una respiración profunda. La forma de vuestro Zazen será estable como una montaña. Pensad “no pensando” ¿Cómo? “sin pensar”. Éste es el magnífico camino del Zazen. Zazen no es un medio para la iluminación sino que es en sí mismo la acción completa de un Buda. Zazen es en sí mismo pura y natural iluminación.

Dado a los monjes de Kippoji en Noviembre de 1243.

CAPÍTULO 12

ZAZENSHIN

“Recomendaciones sobre el Zazen”

A Yakusan le preguntó un monje “¿qué piensas sobre la intensidad de tu sentada?” El maestro dijo “yo pienso sin pensar”. Cómo se hace eso, le insistieron. A lo que replicó: “no-pensando”. Esto es el colmo del pensar y del no-pensar. Hay un alguien en el no-pensamiento. “Zazen es sólo sentarse”.

Nangaku explicó “vuestro estudio del zazen es el estudio de Buda sentado” que no tiene una forma fija. Para ello tenéis que matar a Buda. Esta práctica es la de dejar caer cuerpo y mente. Ésta es la función esencial de la transmisión de Buda a Buda.

Las admoniciones del Maestro Wanshi, tienen que ver con el Zazen como función esencial transmitida, elemento dinámico y

conocimiento, libre sensación e iluminación independiente de causa, no dualista y natural.
Este tipo de conocimiento no es memoria, que es de una clase inferior, ni comprensión, que es conocimiento creado; es libre de sensación, que significa romper con la luz o la oscuridad que traigas y hacer estallar los obstáculos del cuerpo y de la mente. Se trata de algo sutil, sorprendente, armónico, integrador. El agua es pura hasta el fondo y el pez nada como pez; el amplio cielo se extiende por el universo y el pájaro vuela como pájaro.
Los descendientes de los Budas y Patriarcas deben estudiar Zazen como el gran asunto. Es el verdadero sello de la transmisión directa.
Escrito en 1242 en Koshoji. Dado a los monjes del Monasterio Kippo, Echizen, el mismo año.

CAPÍTULO 13

KAIINZAMMAI

"El Samadhi de la huella en el mar"
Todas las imágenes se reflejan en un mar en calma. Es la más alta forma de interioridad.
Cuando este Samadhi aparece, todos los elementos aparecen. Cuerpo y mente no son independientes, están compuestos por todos los elementos. Este cuerpo y mente con todas sus pasiones es el mismo cuerpo y mente del desapego. Toda existencia compuesta, todos los Dharmas, son el vacío de la no sustancia. "Cuando el cuerpo y la mente emergen, todos los elementos entran en la existencia" todo aparece y no puede ser percibido por separado. Es cuando "uno mismo emerge". Si transciendes las discriminaciones y encuentras la unidad, tendrás un alto nivel de desapego y poseerás tu verdadera

forma. Cuando ello emerge, el tiempo emerge: esto es la existencia. Nuestra real forma en esta totalidad, aclara las relaciones de la existencia y el tiempo.

La emergencia de nuestro propio cuerpo y mente es la aparición de todos los elementos en un todo unificado y funcional.

Le preguntó un monje al maestro Gento "¿Es el tiempo como aparecer y desaparecer, sin cambiar? y el contestó "¿Qué es aparecer o desaparecer?". Para nosotros es un "SINCESAR" que significa entender el sincesar del aparecer y el desaparecer como la vida de Buda. Éste es un principio básico del camino Budista. La vida y la muerte son la esencia de Buda; aparecer y desaparecer es el continuo ir y venir del rosario de la vida en el camino budista. Cada una y todas las formas de existencia buscan seriamente la salvación de todos los seres sintientes y proclaman la verdad a través de su "incesante" ir y venir.

"Cuando los elementos desaparecen no podemos decir que nosotros desaparecemos". Esto significa que la forma es destruida pero los elementos actualmente, quedan. Hay independencia de creación y destrucción. Todas las cosas aparecen en la unidad de los elementos. Cuando no están manchadas o corrompidas por nada lo llamamos "pura mente" o "Kaiinsammai. Es el nivel de la ecuanimidad.

Destrucción o desaparición, tiene muchos significados. Representa el supremo e inalcanzable nirvana. La aniquilación de uno mismo, la alegría de entrar en el reposo total, desapego y una vida de paz y armonía. También significa muerte, pasar más allá de la vida. También la creencia de que la muerte es el completo final del cuerpo y que nada queda bajo ninguna forma.

Destrucción es nirvana. El pasado y la existencia futura son des-

truidas y sólo queda nirvana. Todas las cosas tienen su propio aparecer y desaparecer, frente y espalda. Trascienden la relatividad y son absolutamente ellas mismas. Aquí, no oposición significa la emergencia de la existencia, la destrucción de los cinco elementos y cinco SKANDAS, es la función del desapego -es decir, libertad completa. Si percibimos esto, podemos hacer reales progresos y en poco tiempo, vernos existiendo separadamente de la "destrucción", no del cuerpo, manos y ojos, sino de nuestras egocentricidades.

Los estudiantes deben conocer los conceptos de "destrucción" y "no-diferencia". La primera transciende las oposiciones y las cosas emergen como existencia. Todo coexiste. Este continuo proceso de no-oposición es KAIINSAMMAI.

Cuando sólo hay práctica-iluminación, lo llamamos pureza original. Este samadhi es la actualización y logro del Camino. No pensamientos de discriminación. La actualización del desapego en el mundo ilimitado, en el gran océano de la liberación, transcendiendo la relatividad estamos en el mar de Kaiinzammai.

Es "la huella que no deja huella", el sello de la luna reflejada en el agua sin sombra, la vuelta a la naturaleza original en los últimos pasos del camino budista. "No contiene cadáveres", que significa que si aparece luz, se acepta como es y si es oscuridad, se recibe naturalmente.

Una cosa contiene una cosa. Todas las cosas contienen todas las cosas. Todas las cosas están contenidas en una cosa. Inseparables. Cuando esto ocurre el significado de "envolver el universo entero", emerge, esto es Kaiinsammai.

Escrito en 1242 en Kannondori, Koshohorinji. Recopilado por Ejo en 1243.

CAPÍTULO 14

KUGE

“La flor del Vacío”

Se atribuye a Bodhidarma el dicho “Cuando una flor florece, cinco dejan de crecer”.

Cuando nosotros somos verdaderamente nosotros mismos, nuestro ser no es nuestro ni de otros; esto es los cuatro elementos y los cinco SKANDAS.

Un antiguo Patriarca dijo “el loto azul florece en el fuego”. Debemos aprender dónde y cómo. Para ello cortar con la consciencia, los conocimientos y los juicios personales. Sino, dudarás de las montañas y de los ríos. Si vemos a los seres humanos como árboles, cada árbol tiene su flor especial. Esto es KUGE, la flor del vacío. Sólo los budistas pueden percibirla y experimentar el universo. Iluminación, nirvana, realidad o verdadera naturaleza son sus pétalos. Ir comprendiendo estas relaciones es como curar de los ojos. Entonces KUGE desaparece.

“Flores en el cielo” es una expresión utilizada en budismo para designar el simbolo del que no ve bien, tiene “un ojo mal” o es un iluso. Dogen lo mantiene para afirmar que ilusión es iluminación en la base de la realidad. Ver más allá del mundo de los fenómenos, de lo aparente, de la forma. En verdadero budismo “uno que tiene mal el ojo” es un Despierto, uno que ha ido más allá de la iluminación.

Hay ocasiones en las que alguien ve una flor debido a la enfermedad del ojo. Esto está causado porque buscando actualmente la iluminación sin realización, la enfermedad misma es la raíz de la iluminación.

Si comprendemos la condición de “ojo enfermo” podemos comprender KUGE y desapegarnos de ambos. Veámoslo como funciones de la realidad, como condiciones absolutas. Más aún, todas las condiciones a lo largo del universo, expresan su propia verdad -nada hay inútil o superfluo, sino armonioso y completo.
La “flor” es las variadas formas de la existencia mientras que el vacío, es la esencia llenando cada forma. Cada forma individual del vacío puede ser vista como un solo tronco de flor. El vacío universal florece como una flor. El cielo no es otra cosa que una sola brizna de hierba cuyas flores se abren en el espacio.
“Originalmente no hay flores en el cielo” pero ahora las hay de melocotón, ciruelo y sauce. Estudiar la primavera y el otoño de KUGE, después de que las flores se abran y se marchiten.
“La gente ordinaria y los santos, viven en su propia casa”. Esto no quiere decir que no hay diferencias sino que no debemos condenar los diferentes tipos de gente. Si esto se intuye somos capaces de llegar a la iluminación. Toda intención religiosa debe partir de la mente de Buda y dirigirse hacia la realización de la verdad, TAL Y COMO ES. Nuestra intención religiosa debe basarse en la consciencia del más profundo nivel. Si la consciencia superficial es activada las nubes de la desilusión aparecerán.
“Cuando las pasiones han sido cortadas, todavía sufrimos de enfermedad”. No es la enfermedad corriente sino la de los Budas y Patriarcas porque iluminación y desilusión existen juntas y éstas poseen el último significado para cortar su propia actividad.
“En medio de todas las relaciones, hay desapego”. Las interrelaciones producen continuamente otras armoniosas interrelaciones. Esto es desapego. Apego y desapego deben funcionar juntas libremente a través de nuestra vida.

“Nirvana y Samsara son las flores del Vacío”. KUGE es la verdadera forma de todo fenómeno, crece sólo en el vacío y da frutos en la tierra y en el cielo.

Dado a los monjes de Kannondori, Koshohorinji, en 1243. Recopilado por Ejo en 1244.

CAPÍTULO 15

KOMYO

“Luz Sublime” L.S.

El Gran Maestro Chosa SHOKEN, dijo a sus seguidores: El mundo entero se refleja en el ojo de un monje, está contenido en toda conversación, atraviesa tu cuerpo, es tu sublime luz, está dentro de ella y es inseparable de ti”.

La Luz Sublime debe estudiarse a través de la Iluminación.

Práctica e Iluminación son una forma de la L.S. Hierbas, árboles, muros, piel, músculos, huesos y médula, son colores de la L.S. Humo, niebla, agua, piedras, cielo, pájaros volando, el Camino de la iluminación son las cambiantes formas de la L.S. Para entenderlas es preciso encontrar y experimentar el real Buda.

El Camino de la Iluminación y la Práctica del Budismo sólo pueden ser alcanzadas por la realización que nuestra piel, músculos, huesos y médula tienen del mundo entero.

Un dia Ummon preguntó a los monjes “L.S. luce en todos pero si tratamos de verla, no la encontramos. ¿Dónde está pues? Así que nadie contestaba, él dijo “en el monasterio, en la sala de Buda, en la oficina de la administración; y en las grandes puertas”.

A veces no contestar es la correcta respuesta, el Shobogenzo. Iluminación es encontrarse con uno mismo. El Maestro Shijo lo dijo

así: “El encargado de la cocina está en la cocina”.

1243.

CAPÍTULO 16

GYOJI

“Práctica continuada”

En el Gran Camino de los Budas y Patriarcas seguramente hay una suprema práctica, continuada indefinidamente. No hay la más pequeña rendija entre el despertar de la mente, la práctica, la iluminación y el nirvana; la práctica continua, continuamente gira. No depende del poder de los actos individuales ni del espíritu de los demás. Es pura, incesante práctica, que mantiene a uno, a los otros, llena el universo y la tierra influenciándolo todo aunque no nos demos cuenta. A su través existen el sol, la luna, las estrellas, la tierra, los cuatro elementos y los cinco skandas. La “Práctica que no cesa” no está en los lugares donde la gente del mundo busca, y a donde todos hemos de volver. Nunca se esconde, y sin embargo una vez la mente despierta y la práctica comienza, su virtud no se revela inmediatamente no pudiéndose ver, oír o comprender. No es otra cosa que presente, que actualización.

El elemento esencial es la resolución de practicar el camino diligentemente. La gente de hoy piensa que cuando se llega a los 30, 60, 80, años, se abandona la práctica. Es falso contar años o días sin haber nacido, es una medida convencional, sin relación con el Camino Budista. No se trata de jóvenes o viejos sino de estudiar el Camino. Nuestra vida no es otra cosa que un puñado de mierda de corral, ¿para qué sobrevalorarla o atarse a ella? Si no hay decisión, ¿no es penoso? Si véis un cadaver abandonado en el campo, miradle seriamente y desarrollad una visión correcta.

"No hablar es útil", es una frase a entender que no significa sordomudez. Se entenderá la expresión después de cinco o diez años de práctica incesante en el monasterio comunitario o en el monasterio-mundo.
Igualmente no se discutirán cosas como superior-inferior, estupidez o inteligencia y se tendrá cuidado de evitar fama y fortuna no estando atados a las cosas del mundo. No perder el tiempo, sólo concentrarse en la práctica. No esperar la Gran Iluminación; esta es la diaria acción,"beber té y comer arroz".
Separarse de todas las cosas, el pueblo nativo, vínculos de gratitud, fama, fortuna, propiedad, familia, el deseo de estas cosas. Poseer o no poseer, está claro que debemos separarnos de ambos.
El maestro Tozan dijo: "Explica o aclara lo que no puedas hacer, haz lo que no puedas explicar". Explicar y practicar son lo mismo.
El maestro Kokaku lo interpretó asi: "Cuando explicamos no tenemos necesidad de practicar, cuando practicamos no tiene sentido hablar".
Si matamos el tiempo seremos cautivados por la fama, la fortuna y el mundo ilusorio. Si cortamos esto viviremos en el Camino. Si tenemos determinación no pasará un solo día inútilmente. Practicar y sólo proclamar el Camino.
No conviene intimar demasiado con nosotros mismos pues causa autorresentimiento cuando la práctica es insuficiente. Incluso los Budas y Patriarcas tenian vínculos de agradecimiento y amor que sin embargo abandonaban. Si no cortamos los vínculos ellos nos cortarán a nosotros.
El Maestro Nangaku que practicó con Sokei, fue como agua que pasa de un bol a otro. La práctica de sus predecesores fue seguida por todos. Nangaku tuvo muchas dificultades. Éste es un espejo

para sus descendientes. No tuvieron carbón de leña en el corazón y él dormía solo en la entrada vacía; ni luz en las noches frías, pero se sentaba en Zazen cerca de la ventana de la luna. No tenia ningún entendimiento intelectual, su práctica sobrepasaba todo estudio. Ésta es la práctica que no cesa.

Si intentamos explicar los asuntos esenciales con palabras, veremos que es muy difícil. Obaku dijo: “No intento buscar a Buda, Dharma, Shanga, es por lo que hago postraciones.” El Camino se basa en la paciencia. La práctica más difícil es la práctica incesante.

Si queremos construir un templo debemos recordar que el gran propósito no es la forma, la fama o la fortuna sino la práctica incesante. Practicando sin templo, era el camino del antiguo budismo, sentados en Zazen sobre la tierra o bajo un árbol. El asunto es hacer Zazen. Sólo cuando hay una práctica incesante podemos descubrir nuestro dojo, el dojo de Buda que debe ser transmitido en nuestro tiempo presente. La gente loca de hoy se ataca entre sí sobre la forma de construir un templo. Eso sólo significa fama, fortuna y mérito. Pensando en estas cosas no aclararemos nuestras observaciones.

Observemos con serenidad la práctica de Isan y podremos realizar el correcto camino para vivir.

Al anochecer la fuerte lluvia rompe el musgo que cubre las piedras. En las noches, nieve universal. No se ven animales, ni sale humo de las chimeneas, cuando nos trasladamos lejos de las cosas mundanas.

Fuyo Dokai renunció a los honores del emperador, construyó una cabaña en el monte y monjes y legos comenzaron a rodearle, pero sólo se comía una vez al día, de manera que muchos le dejaban.

Una vez dio a la asamblea la enseñanza del significado de abandonar la sociedad.
Éste es el camino del monje: concentración en la práctica, dejar caer las ilusiones y transcenderlas sobre la vida y la muerte. ¿Por qué un monje ha de preocuparse sobre la fama y la fortuna mundanas? Él, corta toda relación y en el momento su mente queda tranquila. Directamente abandona toda confrontación, oposición y compromiso.
Continuar con ello es como plantar una flor sobre piedra. Si nos atrae la fama y la fortuna, es como tener polvo en el ojo. Si no conociéramos el verdadero significado, estaríamos disculpados, pero hemos tenido experiencia en ello desde antiguo. Aún estando enterados continuaremos confusos. ¿Por qué ser avariciosos? Si no abandonamos todo eso ahora, ¿cuándo nos desataremos? Los Patriarcas nos enseñan a hacer lo mejor en cada momento. Si no hacemos lo mejor en el presente, ¿cómo vamos a hacerlo más tarde? Debemos hacerlo ahora.
Si conseguimos este estado de mente, en el que no se busca nada, incluso los Budas y Patriarcas resultan innecesarios. Una mente clara puede ser conseguida y seremos capaces de ver la realidad en que vivimos más allá de los conflictos mundanos. Por primera vez nos convertiremos en verdaderos porque hemos visto la verdad.
Concentrarse sólo en lo importante y cortar con lo inútil, sin excesos. Con esta mente la práctica se hará fructífera y no aparecerá especial dificultad.
Podemos ver que algunos seguidores insisten en sus deseos mundanos y piensan que sólo después de conseguir suficientes cosas, comenzarán la práctica. Hemos de caer en la cuenta de que el asunto es la práctica y no las cosas. Si esperamos, siempre estare-

mos separados de la práctica budista. El tiempo vuela. No hay que forzar nada, pero ya comprenderéis lo que quiero decir.
El Gran Baso, excelente transmisor de Nangaku quería significar con su frase "No volveré a mi pueblo", que no hay lugar a donde ir o donde volver o escaparse de uno mismo. Esto es también la práctica incesante que es la real práctica de encontrar nuestra propia verdad sin atarse, intentándolo. ¿Es posible el descubrimiento de nosotros mismos por nuestros hechos?
Cuando experimentamos montañas, océanos, sol, luna y estrellas, también nos experimentamos. Comprendemos entonces que no merece la pena seguir nuestras propias ideas.
Cuando Konin dio el inka a Eno, la auténtica "sangre de la vida" fue transmitida. (En japonés el Kechimyaku o Ketsumiaku que significa sangre y vena o rama, árbol genealógico o mansión de los linajes desde Buda: la transmisión de las enseñanzas no interrumpida, de maestro a discípulo, especialmente en el Zen).
Tendo Nyojo (último maestro de Dogen) buscó maestro hasta los sesenta y cinco años, nunca fue perezoso en la práctica y búsqueda de la iluminación: Rechazó emperadores, ministros, títulos de maestro Zen y la ropa púrpura. En toda su vida vistió un Kesa de color.
Un día dijo a sus discípulos: "cuando estudiéis el camino para hacer Zazen, lo primario y necesario es tener DOSHIN (la mente que busca el Camino), ésta es la primera llave."
También comentó a sus estudiantes sobre su búsqueda de un real maestro y que nunca encontró a uno que pudiera serlo para toda clase de personas. No sólo practicaba Zazen en las horas regulares sino que también cuando tenía tiempo, se llevaba el Zafu y se colocaba encima de una roca o en el fondo de un acantilado. De tanto

Zazen le salieron hemorroides. A los 65 años su mente se hacía floja. Incluso en Zazen no era ya tan aguda. Así y todo continuaba instruyendo estudiantes y notaba que había viejos monjes que no conocían el significado del Darma Budista.
También dijo: “aprender Zazen, es dejar caer el cuerpo y la mente. No es necesario quemar incienso, postrarse, recitar el nombre de Buda, mostrar arrepentimiento, o cantar los sutras. Si os concentrárais en Zazen, vuestro gran propósito será logrado”.
Estudiar el cuerpo y la mente de Budas y Patriarcas puede ayudarnos a obtener el Camino en nuestro propio cuerpo y mente. Entonces nuestra vida es vida verdadera, e incluso podremos ir más allá que ellos.

Dado en 1240 y 1242, Kannondori.

CAPÍTULO 17

IMMO

“Talidad. Eso”

El maestro Kokakudojo, discípulo de Tozan, fue el 39 Patriarca desde Buda y dijo un día a los monjes: “Si queréis obtener Immo, deberéis convertiros en el hombre de immo”. Si ya sois seguidores del Camino de Buda ¿por qué tenéis dudas?
El verdadero significado de esta declaración es que esta gente ya ha manifestado el camino como ellos son, en su naturaleza original. Immo es “Ello”, la forma incomparable del Camino Budista que contiene el mundo entero, incluso transciende todos los mundos y es ilimitado.
Si somos parte del mundo ¿por qué es necesario encontrar Immo? Immo es la real forma de la verdad como aparece a través del

mundo. Es fluido y difiere de cualquier sustancia estable. Nuestro cuerpo no es realmente nuestro. Nuestra vida es fácilmente cambiada por el tiempo y las circunstancias y nunca se mantiene estática. Incontables cosas pasan y nunca las volveremos a ver de nuevo. Nuestra mente está cambiando continuamente. Algunas personas piensan, "Si esto es verdad, ¿de qué puede uno fiarse? Pero otros que tienen la resolución de buscar la iluminación usan este constante flujo para ahondar en su iluminación. Sin embargo no debemos tomar esta comprensión por un esfuerzo personal. Esto es muy importante. Todos somos originalmente "este hombre", el hombre de immo, porque ya poseemos la iluminación. Nuestras acciones deben ser entendidas como las de "este hombre" resuelto a conseguir la iluminación. Desde el principio tenemos la habilidad innata de convertirnos en "este hombre". Así y todo es útil preocuparse de conseguirlo, es un paso que no debe sorprendernos oír. Éste es el único camino hacia la iluminación.

El Camino Budista es absoluto en el siguiente sentido, no puede ser controlado o comprendido tampoco por una mente iluminada. El trabajo de la mente universal no puede ser penetrado. Puesto que ya eres "este hombre", ¿por qué preocuparse por la iluminación? Es tonto hacer eso. La esencia de todos los fenómenos es iluminación, la real naturaleza del cuerpo y de la mente es immo, Buda es immo. Debido a que no podemos separarnos de la tierra donde caímos, no podemos ser separados del Camino budista. Que esto no nos perturbe. No hay sitio para dudar.

Un antiguo dicho viene de la India y China: "Si algo cae en tierra seguramente se levantará". Se entiende desapegándose de la ilusión del pasado, del presente y del futuro. Iluminación es transcender la iluminación. Todo depende del principio de caer y

levantarse aplicable a todo y en todas las latitudes.
La comprensión intelectual no es suficiente; debe ser experimentada. No importan las palabras de Buda y los Patriarcas, sino el espíritu con que fueron dichas y así participamos de su iluminación.
Si caes, sólo te levantarás gracias al vacío; si caes en el vacío te levantarás gracias a la tierra. No te separes ni de uno, ni de otra.
Hay un dicho Budista: "dudar basándose en la ignorancia es una pérdida para toda la eternidad".

Dado en Kannondori, 1242.

CAPÍTULO 18

KANON
"El Bodhisattva de la Compasión"
"El cuerpo entero de Daihi es manos y ojos", dijo Dogo.
Algunas escuelas veneran a Kanon, otras no. Entre sus significados, uno dice "nunca deberíamos pensar que alguna cosa pueda estar completa o terminada. Metéos esto en la cabeza.
Quizás podamos aprender a utilizar nuestras manos y ojos adecuadamente, sus funciones, trabajo, experiencia...
El Bodhisattva Kanon utiliza sus manos para abrazar a todo el mundo sin discriminación. Manos y ojos no están en oposición con sus otros atributos y por eso los utiliza libremente como si sólo fuera manos y ojos. No limitarnos con ninguna idea sobre nosotros mismos, montañas y ríos. Buda cara de sol, Buda cara de luna. ¿Qué mente nuestra es el Buda?
"Cómo usar nuestras manos y ojos" debe ser entendido como la función de la verdad, nuestra naturaleza original trabajando a

través de (con) nuestro cuerpo, manos y ojos. Hemos de esforzarnos en actualizar este espíritu en nuestra vida diaria. Sin discriminación ni atadura, indefinidamente.

Transcrito en 1244.

CAPÍTULO 19

KOKYO

“El antiguo espejo”

Lo que todos los Budas y Patriarcas se transmiten uno a otro es el Antiguo Espejo. Este Antiguo Espejo y los Budas, son un solo cuerpo; fuera del Espejo no hay Budas y fuera de los Budas no hay Espejo. El que mira y lo visto, el que refleja y lo reflejado son uno: práctica e iluminación son uno.

Todos pueden convertirse en el Antiguo Espejo y percibirle: es la Verdad en todas las cosas.

La acción del Antiguo Espejo es totalmente actualizada en todas las cosas y en todos los cambiantes fenómenos. En todo tiempo, todas las cosas son actualizadas: el pasado, el presente, los Budas y los Patriarcas.

El Espejo no está ni dentro, ni fuera, no hay diferencia; podemos ver a ambos igualmente. Podemos ver nuestro ojo y nuestra mente dentro o fuera. Es lo mismo para todo. Todas las cosas que aparecen alrededor de nosotros es una y es lo mismo dentro que fuera. No es yo mismo, ni otro que yo mismo y sin embargo es mutuamente una, y la misma. “La mente es la mente” significa la mente de todos los Patriarcas y “el ojo es el ojo”, significa que el ojo de la gente iluminada es el mismo que el de otra gente iluminada. Esto es lo que entendía Kayashata.

El Maestro Daikan, tercer Patriarca, dijo: “el Despertar no es como un brillante espejo. Si originalmente ninguna cosa existe, ¿dónde puede depositarse el polvo?”
“No es como un espejo brillante” podemos entenderlo como una etapa. Cuando el Espejo está claro, todo está claro. La Claridad del espejo permite reflejar la verdadera forma y cuando todas las cosas son reflejadas, no queda nada, más aún, cuando no queda una sola mota de suciedad en el Espejo, no hay nadie en todo el mundo. Debemos aprender esto. El mundo no es un mundo de suciedad; no es otra cosa que el Antiguo Espejo.
Shingaku dijo al respecto “Experimentarnos a nosotros mismos es como la superficie del Antiguo Espejo, que cualquier cosa que aparezca es reflejada” (percibida). No hay nadie dentro o fuera. Es nuestro puro yo: en otras palabras, el ego debe ser echado.
Un día Nangaku visitó a Baso y le preguntó qué había hecho recientemente. Contestó: “nada, sentarme en Zazen”. ¿Por qué tanto sentarte? preguntó Nangaku. Para convertirme en un Buda, dijo Baso. Entonces Nangaku tomando una teja comenzó a pulirla con otro trozo de teja. Baso le preguntó por qué limpiaba la teja. Para hacer un espejo, contestó el maestro. ¿Cómo puede ocurrir eso? dijo Baso. ¿Cómo puedes convertirte en un Buda haciendo zazen? Concluyó Nangaku.
Debemos estudiar que cuando la teja pulida es el espejo, Baso es Buda, Baso se convierte en Baso y su Zazen es zazen; entonces pulir la teja para hacer el Espejo es la esencia de los Budas y Patriarcas.
De acuerdo con esto, la teja se convierte en Antiguo Espejo y cuando pulimos el Espejo descubrimos la práctica.
Si no podemos hacer el Espejo puliendo una teja, tampoco pode-

mos hacerle puliendo el Espejo. ¿Quién entiende esto? En la acción misma de pulir está la realización de Buda y la actualización del Espejo. Si dudamos de esto, ¿no estaremos puliendo el Espejo equivocadamente como si fuera una teja? La enseñanza de Nangaku fue la adecuada: puliendo la teja en uno mismo hace el Espejo.

Dado en Kanandori, 1241.

CAPÍTULO 20

U-JI

"Haciendo Tiempo" (Siendo tiempo)

Significa que el tiempo está siendo "Tiempo es existencia, existencia es tiempo".

Todas las cosas existen en sí mismas, todos los seres en el mundo entero que es tiempo. Ningún objeto obstruye o se opone a otro, ni un tiempo a otro tiempo. Si tomamos la resolución de conseguir la suprema iluminación, el mundo entero tendrá al mismo tiempo tal resolución. No hay diferencia entre vuestra mente y el tiempo; a través de la resolución, estáis relacionados en la iluminación. Lo mismo ocurre con la práctica y el logro de la Vía.

El mundo entero está incluido en vosotros. Éste es el principio "Nosotros, nosotros mismos, somos tiempo". Cada instante abarca el mundo entero, si comprendemos esto, será el comienzo de la práctica e iluminación.

Cuando logramos este nivel, tenemos clara comprensión del significado de cada una de las prácticas. Una brizna de hierba, cualquier objeto, cada cosa viviente, es inseparable del tiempo. El

tiempo incluye todos los seres y todos los mundos.
Si pensáis que el tiempo es un fenómeno pasajero nunca comprenderéis UJI. El asunto central es: todos los seres en el mundo entero están relacionados con los demás y nunca están separados del tiempo. Puesto que somos tiempo que está siendo, práctica es iluminación, también.
La dificultosa tarea de enseñar a otros es UJI, el tiempo siendo.
Puesto que el pensamiento de las personas no iluminadas no está basado en la propia comprensión de UJI, no pueden descubrir la Verdadera Ley, que está dentro de nosotros aunque no nos demos cuenta. La ignorancia de la Ley les provoca la transmigración.
Mucha gente piensa, que el tiempo está pasando, sin darse cuenta de que se trata de un aspecto de lo que es no-pasando. No darse cuenta también es estar siendo. Ambos, realización e ignorancia, están contenidos en UJI, siendo tiempo. Si no lo comprendéis, nunca os desataréis verdaderamente. Es muy difícil tener una real comprensión de uno mismo, porque la autoconcepción cambia contínuamente y se descubre más y más sobre el Real Uno mismo.
Si tienes completa comprensión, incluso de ideas, sobre la libertad de la iluminación o del grado de liberación, serán provisionales e ilusorias. UJI no depende de ideas. El continuo de la existencia es el mundo entero actuando a través de sí mismo. La continuada existencia de la primavera, es primavera.
Un día el maestro Zen Kisei, descendiente de Rinzai, dijo a sus monjes: “A veces la mente sobrepasa a las palabras. A veces las palabras sobrepasan a la mente. A veces mente y palabras se sobrepasan a sí mismas. A veces no se sobrepasan a sí mismas”.
Mente y palabras son tiempo siendo. Sobrepasar y no sobrepasar también son tiempo siendo. El Tiempo que viene, no viene; el

tiempo que no viene también viene. Venir y no venir sólo pueden pensarse desde el venir y no venir. El pensar de la mente es sólo mente y las palabras sólo palabras. Ésta es función del tiempo siendo. "Mente y palabras, van y vienen, ni van ni vienen; esto también es tiempo siendo."

Escrito en Koshohorinji, 1240.

CAPÍTULO 21

JUKI

"Predicción de la Budeidad "

El Gran Carnino de Budas y Patriarcas y su continua transmisión de maestro a discípulo, es JUKI. (Sobre la predicción de una futura realización o Budeidad, se dice en el Sutra del Loto que Sakyamuni aseguró a muchos de sus discípulos que la lograrían).

JUKI no es solamente dado a aquellos que han despertado su naturaleza búdica, sino a los que han despertado su mente buscadora de Buda.

No se recibe después de ser un Buda, por tanto no hay que esperarlo. Cuando tenéis JUKI, tú eres un Buda. El progreso espiritual tiene JUKI y es percibido por nosotros y los demás. Es la actualización de uno, uno mismo actualizado. Es todo: montañas, ríos, tierra, océanos.

"Una palabra" de iluminación; hablar, oír, comprender; la práctica y la enseñanza de la iluminación; la unidad de maestro y discípulo, la transmisión de mente a mente, el ir y venir de la vida y de la muerte. Hemos de actualizar en nuestro cuerpo y mente la comprensión de que JUKI y la mayor intimidad de los Budas, son inseparables.

Un antiguo Buda dijo: “Uno tras otro, la gente se van convirtiendo en Budas y donando JUKI contínuamente”. Este convertirse en Budas es la incesante transmisión. Sabemos que hay muchos niveles de desapego, numerosos caminos de realización y variedad de Budas.

Otro anciano Buda dijo: “Cuando oigo que JUKI está siendo dado y recibido, me siento especialmente alegre”. JUKI aumenta continuamente y se acompaña de gozo en el cuerpo y en la mente, transparenta el mundo en las cuatro direcciones. Este gozo es el verdadero. Cuando recibimos JUKI es la certificación del logro de la suprema iluminación. Entonces estamos capacitados para donar JUKI a otros que a su vez lo pasarán a otros silenciosamente. JUKI nos guía hacia la iluminación.

Hay muchas maneras de otorgarlo: la flor, el pino, la sonrisa, un par de sandalias de paja, guiñar... Están más allá de la comprensión intelectual.

“Todos los seres sintientes, todos los Dharmas, son talidad, todos los Patriarcas y tú mismo. Si recibes JUKI todos los seres sintientes también lo reciben porque no hay dualidad en la talidad. Si logras la iluminación, ocurre lo mismo porque todos ellos son la real forma de la iluminación”. Así lo explicó Maitreya a Vimalakirti.

Cuando recibes JUKI la verdadera forma de todas las cosas, aparece.

Kannondori, 1243.

CAPÍTULO 22

ZENKI

“La total actividad de la vida y de la muerte”

El Gran Camino de todos los Budas y el propósito último del Budismo es libe-rarse, desatarse de la vida y de la muerte así como la realización de la iluminación.

Cuando estamos a salvo, la vida es total actividad y en plena muerte, la muerte es total actividad. Vida es la experiencia de la vida, y muerte, la experiencia de la muerte. Vida y muerte juntas, son la actual apariencia de la verdad y, liberación, la total inmersión en ellas.

Realización de la iluminación significa verdadera vida, plena y libre actividad. Esta experiencia no puede ser definida por la consciencia o el conocimiento. Nuestra vida presente es esta experiencia; esta experiencia es esta vida.

Si reflexionamos y comenzamos a experimentar cierto despertar, gradualmente, el mundo comienza a manifestar su apariencia completa. Cada instante tiene total existencia, total realidad y es completo en sí mismo. Reconocer que hay realización continua, nos renueva constantemente.

Cada experiencia individual de la vida y de la muerte sin ser completamente diferentes tampoco son las mismas. Todas las cosas tienen su propia vida y muerte. A través de ellas podemos descubrir la verdadera naturaleza de la existencia.

Vida y muerte, aparecen en cada momento, instantáneamente, naturalmente, sin pensar. Si nos esforzamos seriamente, podemos

percibir su apariencia. En el momento de la realización aparecen completamente claras.

Dado en el castillo del Daimyo Hatano Iemono Kami Yoshishigue, 1242.

CAPÍTULO 23

TSUKI

“Realización completa”

Sakiamuni dijo: “La verdadera forma de Buda es vacío universal (sunyata), y es como la luna reflejada en el agua. (Cada una es como es).

La verdadera forma de Buda, del Dharmakaya, es vacío universal. Toda la sabiduría, mundos, fenómenos, son vacío universal. Cada una y todas las formas de existencia, tal y como son, es la verdadera forma de Buda.

El maestro Banzan explicaba que Buda y sus discípulos, tenían una mente como la luna. “No mente, no luna”, los fenómenos son la luna (que los representa) y no hay oposición entre ellos.

Esto es absoluta transcendencia: “La luz no ilumina los fenómenos y los seres no existen”.

Si logramos este nivel de transcendencia podemos actuar de manera justa.

Un antiguo Buda dijo: “Una mente es todas las cosas; todas las cosas es una mente.”

Si consideramos las acciones de los seres humanos sin mirar principio o final, esto es desapego; pero si nos aferramos a ideas sobre principio y final, no somos personas reales. No hagas dualismo,

observa el flotar de las nubes y el movimiento de las barcas como son; avanza más allá de las ideas limitadas.

Kannondori, 1240.

CAPÍTULO 24

GABYO

"Un pastel de arroz"

Todos los Budas son iluminación; todas las cosas son iluminación, sin embargo, hay entidades individuales y mentes individuales. Aunque parecen no ser entidades independientes o mentes individuales, cuando hay iluminación, hay silencio completamente actualizado. Cuando esto sucede, todos los obstáculos son suprimidos. Ésta es la enseñanza de los Patriarcas. Sin embargo cuando estudiamos el Camino Budista, no nos sentimos afectados por la idea de que todos los Budas y todas las cosas son lo mismo. "Si tienes maestría sobre una cosa, puedes tenerla sobre todas". Para tener maestría sobre una cosa es necesario no crear oposición o eliminar la real forma de cada entidad. Pero no intentes forzar tu no oposición porque esto también es apego. Cuando tu experiencia es completamente desapegada, puedes utilizar cualquier forma de existencia adecuadamente. Igualmente, si tienes maestría en una cosa, tienes verdadero éxito y puedes dominarlo todo.

Alguna gente dice que estudiar los sutras y comentarios no es camino para conseguir la sabiduría; esto es como intentar calmar el hambre con una pintura de un pastel de arroz. Otros, que el hambre de iluminación no la satisface el Hinayana o el Mahayana. Es un error, quien sostenga esta opinión, no puede transmitir el Camino Budista. Todas las frases son sólo expresiones a las que les falta la expe-

riencia.

El “hambre” que no puede ser satisfecha simboliza la ilusión de los seres sintientes. Si estamos “hambrientos”, nos encontramos en un estado de ilusión pero si no hay más ilusión, estamos desapegados de ideas de iluminación o ilusión y entonces no hay más “hambre”. En este estado el cuadro del pastel de arroz y el hambre no están opuestos a la condición de desapego. Si intentas comer el cuadro, es como tratar de lograr la iluminación desde afuera y esto no puede satisfacer. En realidad no hay conflicto entre hambre y pastel; cuando sientes que tienes hambre, el mundo entero se convierte en hambriento. De igual forma si hay un pastel real, todo se convierte en pastel.

El principio básico de la transcendencia y el desapego es como una pintura que transciende el ego y va más allá del discernimiento.

Además, transcender toda noción sobre el tiempo largo o corto que lleva lograr la iluminación, sin discusión, nos permite ver la primavera, el verano, el otoño y el invierno como nuestro equipado hogar.

El mundo entero y todas las cosas son esta clase de cuadro. La verdad que experimentamos, también es de un cuadro. Budas y Patriarcas sugieren un cuadro. Sólo un cuadro de un pastel de arroz puede satisfacer el hambre. Sólo puedes encontrar el verdadero tú mismo, en un cuadro de pastel de arroz de “hambres”. Para entender el cuadro del pastel de arroz, debe ser logrado el colmo de la iluminación. Sólo a través de la experiencia del cuadro del pastel de arroz puedes comprender el significado de satisfacer el hambre, satisfacer el no-hambre, no satisfacer el hambre o no satisfacer el no-hambre.

Estudiemos esta enseñanza en la que nuestra existencia resulta ser un cuadro de pastel de arroz. Actualizar la libertad, es el cuadro de nuestra iluminación.

En Kananndori, 1242.

CAPÍTULO 25

KEISEISANSHOKU

“El sonido del valle, el color de las montañas”

Hay muchos ejemplos de los variados métodos usados para transmitir el incomparable Camino Budista de maestro a discípulo. Todos ellos nos hablan de la diligencia en la práctica, poner lo mejor que tenemos y hacer un esfuerzo importante. Considerando tales ejemplos no debemos practicar con complacencia.

Cuando los buscadores consiguen la liberación, escapan de los obstáculos de la ilusión y del ego y realizan el desapego de sus limitados puntos de vista, emergiendo su iluminación, su verdadera naturaleza, que se actualiza a sí misma sin que nos demos cuenta. Sin saberlo o sin esperarlo. Incluso el ojo de Buda, no puede penetrarlo. ¿Cómo puede ser reconocida por el ojo humano?

Un monje preguntó a Josso: “¿Predican la ley los objetos inanimados? A lo que respondió: “contínuamente”. Este Koan le fue dado a Sotoba, un laico que tenía una profunda comprensión. Fue iluminado por la Verdad Budista escuchando el sonido del río en un valle de montaña. Compuso lo siguiente: El sonido del arroyo del valle es SU gran lengua. Los colores de la montaña SU puro cuerpo. Durante la noche he oído 84.000 himnos. ¿Cómo contárselo a la gente mañana?

Esto es la vida ilimitada.
Hay gente que no se da cuenta que el universo está proclamando el actual cuerpo de Buda. ¿Qué ven cuando miran una montaña? Es lástima que aprecien sólo los aspectos superficiales del sonido o el color. La montaña o el río no pueden percibirse separadamente, independientemente. "La montaña fluye, el río está sentado". Sotoba fue iluminado escuchando el sonido del río. ¿Fue por el sonido o por las enseñanzas de su maestro?
Quizás ambas estaban mezcladas. El río proclama el Dharma con su sonido-objetividad y subjetividad unificadas. Cuando tu mente está clara puedes experimentar todo esto.
Hace mucho tiempo el maestro Zen Kyogen, practicaba con el maestro Daie. Varias veces éste le preguntó: "Tú eres una autoridad en los Sutras, por favor explica el ser que existe antes de que tus padres hubieran nacido sin utilizar interpretaciones o memorización de pasajes de los comentarios de los sutras". Kyogen no fue capaz de contestar en el momento. Buscó en los libros y tampoco localizó respuesta adecuada.
Reconociendo su ignorancia quemó los libros y dijo:
"Un pastel de arroz pintado no puede satisfacer el hambre".
No deseo la iluminación en esta vida ni más allá. Desde ahora no seré nada más que un monje que trabaja en la cocina y sirve arroz".
Después de esto pasó años en la cocina madurando (adquiriendo méritos). Un día le dije a Daie: "no soy más que un tonto. He gastado años buscando el Camino y no lo he encontrado. Maestro, por favor, dame una palabra que me guíe hacia el Camino". Y Daie le contestó: "Te la puedo dar pero sólo con el tiempo podrás sentirlo".
Pasados más años Kyogen construyó una pequeña ermita y plantó

bambúes que se convirtieron en sus solos compañeros. Un día que estaba barriendo el camino, accidentalmente, chocó un trozo de teja contra un bambú y el sonido le provocó una gran lluminación. Entonces purificado su cuerpo con un baño, quemó algún incienso e hizo una postración en la dirección de Daie diciendo: “Oh honorable maestro, si me hubieras dado una respuesta a mi loca cuestión nunca habría conseguido esta iluminación. Tu profunda compasión es ilimitada y sobrepasa la gratitud que la gente tiene por sus padres. Sinceramente ahora manifiesto mi gran respeto y aprecio”. Entonces compuso este gatá: “En el momento en el que el trozo de teja tocó el bambú abandoné todo mi conocimiento de los sutras. Mi sabiduría aumentó más y más porque no hay nada en mi mente ni cosa alguna para atarme. Ahora me muevo en mi propio Camino original. Mis asuntos diarios consisten en manifestar el Camino original Budista. Este Camino es libre y dinámico. Mis acciones no dejan huella; este es el verdadero camino Budista. La gente iluminada de todas partes del mundo ya pueden llamarme “El hombre del desapego”.

Presentado esto al maestro Daie, le dijo: “Tú has conseguido el camino”.

Para lograr el camino hace falta una especial y profunda clase de atadura. Cuando uno la tiene, ya no puede librarse de la iluminación.

Un monje preguntó al maestro Chosa “Cómo poseer montañas, ríos y tierra como a uno mismo?” La respuesta fue “¿Como devolver las montañas, los ríos y la tierra?”. Esto significa que cuando no estamos pensando en nosotros como en cualquier otra cosa más y existimos verdaderamente en nuestra real naturaleza, entonces nada hay equivocado en decir que somos “montañas, ríos y tie-

rra".
Sakyamuni lo consiguió cuando vio la estrella de la mañana. Otros Budas viendo una montaña o escuchando el río. Esta gente tiene una verdadera y fuerte determinación de encontrar la verdad. Sabemos seguir el ejemplo de estos predecesores y nos involucramos en asuntos de fama y fortuna. En Japón es raro un buen maestro y muchos monjes utilizan el Camino Budista para adquirirlas. Si desarrollamos una iluminación de la mente buscadora, todas las cosas se convierten en práctica de iluminación, incluso si estamos en medio de los variados mundos del Samsara.
Cuando tratamos de explicar la mente que busca a Buda, la gente cierra ojos y oídos y corre de la verdad. Ellos no hacen ninguna introspección, sólo tienen resentimiento. Cuando practiques no se lo cuentes a otros. Puesto que tan poca gente busca la verdad en este tiempo, no practican pero piden por su práctica y sabiduría. Esto es "ilusión en medio de la ilusión". Debes cortar inmediatamente con este tipo de depravaciones. En tu estudio del Budismo, si tienes obstáculos para una comprensión sencilla, piensa que están causados por una falta de sincera determinación de encontrar la verdadera enseñanza.
La profundidad del camino Budista, no puede ser medida por los razonamientos o las conjeturas de un novicio. Sólo alguien que ha logrado los últimos confines de la iluminación, puede sondear el significado del Camino. Nuestra práctica debe basarse en la de nuestros predecesores. Entonces podemos ascender por los pasos del Camino de Buda y cruzar el turbulento mar de la vida. Si sinceramente intentas encontrar un maestro honrado, al cabo tendrás éxito. Te guiará en cuerpo y mente a través de las condiciones de la vida y la no-vida, el ser y el no ser. Es natural oír con los oídos

pero también es posible "escuchar" a través de tu ojo de la sabiduría. Cuando encuentras a Buda, verás a Buda en ti mismo y en los demás. No te asombres ni te asustes ante un Gran Buda o dudes ante uno pequeño.
Otra ilustración: el follaje verde del pino en primavera o la belleza del Crisantemo en otoño, son la real forma de la verdad. Cuando un verdadero maestro llega a este nivel de iluminación es un maestro de hombres y dioses, pero si intentas dirigirte a la gente sin este nivel previo, no encontrarás nada más que oposición. Si no conoces la verdadera forma del pino en primavera y del crisantemo en otoño, ¿cómo puedes encontrar el verdadero significado de su existencia? ¿Como podrás penetrar en tu ser original?
Si no tenemos la mente adecuada por la práctica y nos falta el poder de la verdad, ¿cómo descubrir la unidad del sonido del río, el color de las montañas y nosotros?

Kannondori, 1240.

CAPÍTULO 26

BUTSUKOJOI

"Continuo desarrollo y desvelamiento más allá de Buda"

Un día Tozan dijo a los monjes:"Después de experimentar el desarrollo continuo más allá de Buda, estamos en condiciones de decir algo sobre el Dharma Budista". Un monje preguntó sobre la clase de charla que daría, a lo que contestó que una que el monje no sería capaz de oír. El monje insistió diciendo: "¿Podrías oirla tú mismo?". Y Tozan respondió "Cuando no hablo de ello, lo oigo."
El continuo desarrollo no está en el interior de la práctica ni se consigue tras la iluminación; sino que es experimentado en

"Cuando hablo de ello, tú no puedes oirlo." Si no llegamos al estado de continuo desarrollo más allá de Buda, no podemos experimentarlo. Igualmente, si no hablamos de ello, no podemos conseguirlo. No hay ni oposición ni acuerdo ni tampoco relación recíproca o interdependencia. Pero cuando la charla es actualizada, se convierte en continuo desarrollo más allá de Buda y cuando éste se actualiza, se convierte en "cuando hablo, tú no eres capaz de oírlo", cuyo significado es el continuo desarrollo más allá de Buda.

Conocer gente, con frecuencia es no conocerla. Apariencia y realidad difieren. En otras palabras, hablando pero no oyendo.

Un Patriarca aseguró que había un hombre que poseía el continuo desarrollo más allá de Buda. Preguntado por la clase de hombre, contestó: No-Buda. Ésta es la original y desapegada, cara de Buda.

"Carente de los seis órganos de los sentidos", "habiendo perdido las siete clases de consciencia", "montañas y ríos son únicos en sí mismos, jade y piedra mantienen su propia existencia independiente", son frases de quietud del Maestro Zen Kobuku que no debéis tomar a la ligera.

El Patriarca Tozan fue el maestro de Sozan a quién una vez le preguntó por su nombre anterior, a lo que Sozan contestó: "No lo sé". Ésta es una expresión que describe el desarrollo continuo.

El maestro Sekito, dijo en una ocasión que el significado del Dharma no puede ser logrado o comprendido. Nada puede ser obtenido o comprendido. El maestro Dogo preguntó a Sekito si había algún cambio en el desarrollo continuo o no. Si hablamos de cambio, el cambio ocurre pero no debemos olvidar el aspecto del no-cambio. Sekito dijo "la infinitud del cielo, no evita el flotar de las nubes". El vasto cielo no se

obstruye a sí mismo, las nubes no obstruyen a las nubes. No es necesario que ocurra obstrucción alguna entre las cosas y cada una posee libertad total. No hay obstrucción de sí o de otros, por tanto no hay obstrucción. Ahora debemos abrir el ojo del estudio, mirar a los Budas y encontrarnos con los Patriarcas. También encontrarnos con nuestro propio ser y con el de los otros. Éste es el principio de "Diez respuestas por una pregunta" que significa que uno que pregunta algo se transforma en uno que da diez respuestas.

Obaku dijo, "los monjes deben saber que poseen originalmente el desarrollo continuo. Si sois realmente perspicaces, seréis capaces de aclarar la diferencia entre principios correctos e incorrectos". Ésta es la real transmisión de Buda a Buda y se le llama Shobogenzo. Para poseerse uno mismo, se debe conocer esto. Hay casos en que poseyéndolo, no lo saben.

La esencia del continuo desarrollo, es ir más allá de lo ordinario. Cuando tenemos real práctica será actualizado con seguridad. Es ver más y más Budas después de convertirse en Buda, que no es lo mismo que ven los seres sintientes, que es lo del día presente de la gente (ordinaria o vulgar).

Kannondori-in, 1242.

CAPÍTULO 27

MUCHUSETSUMU

"Contando un sueño dentro de otro sueño".

La manera en que todos los Budas y Patriarcas aparecen, es autogenerada, sin origen, independiente del tiempo y el espacio y transciende la discriminación en que se funda el mundo de la gente ordinaria. Esto es "explicar un sueño dentro de otro", vien-

do iluminación dentro de iluminación.
Toda manifestación del mundo relativo, es un sueño. Este sueño es el esplendor de todas las formas de existencia. Cuando tenemos dudas quedamos perplejos. Entonces, en el sueño de las cosas, se explican las cosas. Para estudiarlas, debemos aprender que la hierba, las raíces, las ramas, flores, frutos, luces y colores, son un gran sueño. Sin embargo, no nos confundamos, no es más que un sueño ordinario.
Los que no han aprendido el Camino Budista, cuando oyen explicar un sueño dentro de un sueño piensan, absurdamente, que las cosas existen, cuando no es así. Es como una ilusión cubriendo otra ilusión. A pesar de todo, no es así. Primero hemos de estudiar y practicar el camino de la iluminación.
Nyojo dijo: "Verdadero o falso, sólo hay sueños". El universo ilimitado, incesantemente proclama la Ley. Este mundo relativo de causa y efecto es la suprema posesión de los Budas. La suprema iluminación, está entrelazada con la suprema iluminación. Así como es de ilimitada la iluminación, así lo son los seres sensibles. El apego es ilimitado y la liberación es ilimitada... "La actualización de la iluminación es darte treinta soplidos". Ésta es la adecuada explicación de un sueño dentro de un sueño.
El más importante aspecto de Buda trasmitiendo a Buda, no es estar atados a nuestra cabeza, ojos, médula, cerebro, cuerpo... Cuando no estamos atados a estas cosas, podemos decir "Libremente doy, libremente tomo". Esto es llamado el misterio de los misterios, asombro de asombros, iluminación de la iluminación; "cabeza sobre cabezas".
Hablar del Camino con un verso, la comprensión que está más allá de las palabras y las explicaciones, no es más que explicar un

sueño dentro de otro sueño.
En el mundo subjetivo y en el objetivo, ambos vacíos, cada cosa debe ser armonizada explicando un sueño dentro de un sueño. Un sueño es el gran universo y es ecuanimidad. No hay separación, cuando vuelves la cabeza también vuelves tu cerebro. Esto es iluminación del sueño dentro de un sueño y creerlo, recibirlo, respetarlo y seguirlo.
Los sueños y la iluminación, forman la realidad, una realidad. Escuchar la Ley y su proclamación a todo el mundo, es el buen sueño de todos los Budas. Claramente, este buen sueño, es todos los Budas.
La actualización de Budas y Patriarcas, es seguramente, soñando dentro de un sueño. Hemos de estudiar esto sin calumniar el Dharma de Buda. Si lo hacemos, el Camino eterno del Tatagata instantáneamente se manifestará.

Kannondori-in, 1242.

CAPÍTULO 28

RAIEIAITOKUZUI
“Haciendo una postración y logrando la médula”
Cuando practicamos la suprema y perfecta iluminación, es muy difícil recibir instrucción de un buen maestro, sea hombre o mujer. Lo que se requiere, es conocer el camino y accesibilidad.
Lograr la médula y la transmisión de un maestro del Darma, es ser instruido a través de la sinceridad y la verdadera fe, abandonado el mundo y siguiendo el Camino, valorando el Dharma por encima de cualquier otra cosa: una columna, una linterna de piedra,

Budas, zorros salvajes, demonios, hombres o mujeres.
Sakiamuni Buda dijo: “Cuando encuentras a un maestro que proclama la suprema iluminación, no debes relacionarlo con su posición social o nacionalidad, su apariencia, sus errores o su conducta. Debe ser altamente respetado por su sabiduría que le provee cada día de buen sostén. Honrarle con alimentos del Universo y flores celestiales. Hacerle homenaje con tres postraciones (RAIHAI) y mantener a raya todo mal pensamiento que pueda originarse. Si haces esto, habrá un camino de iluminación. Primero desarrolla la resolución practicando continuamente y consiguiendo la suprema y perfecta iluminación hasta hoy.”
Sin embargo la gente loca que nunca ha oído el Darma Budista, se consideran a sí mismos muy avanzados y rechazan hacer postraciones a gente joven que ha logrado el Darma, o que comienzan sus estudios o que teniendo el título de maestros no pueden postrarse ante otros que no lo tienen. O que ostentan cargos, son mayores, o nobles y los demás no, o son laicos.
El gran maestro Joshu, “cuando resolvió seguir el camino, comenzó una peregrinación diciendo “pediré instrucción a quién tenga superior conocimiento, aunque se trate de un niño de siete años y no hablaré con nadie inferior aunque tenga cien, pero yo le enseñaré.”
Hacer una postración y preguntar a alguien o pedir instrucciones, es una excelente ilustración del verdadero estudio Budista. Arreglar las ropas, ofrecer incienso... Hasta los locos reconocen la verdadera sinceridad. ¿Es posible para la verdadera Ley de todos los Budas, dejar de establecer armonía entre todas las cosas? Hasta la tierra, la arena, las piedras, poseen el talento de sentir sinceridad.
Kannondori-Koshohorinji. Escrito en un brillante día de Marzo de 1240.

CAPÍTULO 29

SANSUIKYO

“Montañas y ríos, sutras”

Las presentes montañas y ríos, actualizan el Camino de los antiguos Budas. Ambos mantienen su verdadera forma y actualizan su real virtud.

La montaña posee su virtud completa, sin nada que le falte y como siempre está libre de raíces, está continuamente en movimiento (eterno).

La gente se mueve, da pasos y sin embargo, es incapaz de entenderlo. Cuando entendemos nuestro propio movimiento, podemos entender el movimiento de las montañas. No son animadas ni inanimadas, sólo son. Deben ser vistas en relación con el mundo entero y nuestro propio movimiento, adelante, atrás, que nunca se detiene, ni tampoco uno se opone al otro. La virtud de flotar que tienen las montañas, es este movimiento. No es necesario cambiar su cuerpo ni su mente. La montaña aprende sobre sí misma como lo hace una montaña.

La visión iluminada es actualizada en las montañas, hierbas, árboles, tierra, piedras, vallas y muros. Cada observación que hacemos depende del punto de vista del observador y lo que le falta.

Las observaciones unilaterales o estrechas, no estaban permitidas por Sakyamuni. Nunca se discriminaba entre mente y naturaleza por parte de los Budas y Patriarcas.

Hay una práctica e iluminación de agua-agua; hay un método para investigar el agua-agua.

Habremos de actualizar el camino de encontrarnos a nosotros mismos a través de nosotros mismos. Diferentes puntos de vista, dife-

rente interpretación.
La vista depende del ojo del que mira. Mirar un objeto ofrece muchas diferentes vistas. O esto ocurre porque pensando equívocamente, ¿un objeto posee variadas formas? El agua es simplemente agua, totalmente desapegada. Ahora, el agua no está incluida en la tierra, el agua, el viento, el espacio, la consciencia... la materia, ni tiene color azul, amarillo.... ni tiene forma, sonido, olor, sensación, percepción, sino que el agua es actualizada en todas estas cosas. Consecuentemente, es muy difícil ser capaces de aclarar la naturaleza de este mundo presente. La interpretación correcta depende del interior significado del viento y del espacio, la vacuidad. No depende de ideas sobre nosotros y otros. No limitemos la visión. El agua no es consciente de sí y sin embargo se manifiesta como es.
Los necios creen que el agua se hace en los ríos y los océanos. Sin embargo, ríos y océanos están en el agua. Cuando el agua desciende del cielo, toma la forma de ríos y océanos. Si podemos entender el significado de "río" seremos sabios.
Cuando santos y sabios viven en una montaña, esta es su posesión; árboles y piedras crecen, pájaros y animales florecen. La virtud de los santos y los sabios influencia a todas las cosas de la montaña. Pero es preciso saber que la naturaleza de la montaña es la de los santos y sabios. Hay muchos casos de visitas de gentes de poder y por grande que fuera su poder, los sabios no se movían. Los que viven en montañas están separados de la sociedad.
Desde antiguo, también han vivido en el agua; unos pescando peces, otros discípulos, otros el camino. Ésta es la tradición, pero hemos de cazarnos a nosotros mismos, coger "cogiendo", que es coger, a través del Camino. Kassan vio a Tokujo y encontró a

Tokujo en sí mismo. Tokujo se vio porque se encontró consigo.

Kanondori, 1240.

CAPÍTULO 30

KANGIN

“Leyendo los sutras”

En la práctica e iluminación del supremo y perfecto despertar, a veces usamos las enseñanzas de un maestro y otras veces las enseñanzas de los sutras. “Maestro” es el completo sí mismo de los Budas y Patriarcas; sutras es el entero sí mismo de los sutras.

Sí mismo no es una cierta, limitada, identidad, sino recordar, leer, cantar, copiar, recibir y poseer los sutras. Todo junto, forma la práctica e iluminación de los Budas y Patriarcas, su actualización (Aquí-Ahora).

Estudiando a los Budas y Patriarcas, nos capacitamos gradualmente para estudiar los sutras. Los sutras han sido trasmitidos por árboles y piedras llegando a conocerse en los pueblos.

Un día, uno de los monjes del Gran Maestro Kokaku llamado Ungo, leía un sutra en su cuarto. El Maestro le preguntó a través de la ventana “¿Qué sutra lees?” El monje contestó: “El Vimalakirti Sutra”. El maestro añadió: “No te pregunto por el sutra que tienes en las manos. ¿Cuál estás leyendo?”. El monje rápidamente comprendió.

Hotatsu era un monje cuya continua ocupación era leer los Sutras.

El Patriarca Daikan recitó estos versos:

Si la mente es desilusionada, el Sutra del Loto nos da la vuelta
Si la mente es iluminada, volvemos al sutra del Loto.
No importa cuanto tiempo cantemos, si no aclaramos el sí mismo.
Palabras y escritos, obstruyen la esencia.

No pensar pensamientos, es verdadero.
Hacer consciente el pensamiento, es falso.
Abandonar la existencia y la no existencia
y siempre montar en el carro del buey blanco. (El camino de Buda)

Añade Dogen, "y cuando trascendemos ilusión e iluminación, el Sutra del Loto, da la vuelta al Sutra del Loto".

El Maestro Yakusan preguntó al novicio Ko, "¿qué es preferible, leer los sutras o estudiar con un maestro?". Ko respondió: "ninguna de las dos cosas tiene valor". El maestro dijo. "Eres agudo pero cómo conseguir la iluminación?". Ko dijo "nada ni nadie puede dar la esencia".

Dado en Koshohorinji, 1241.

CAPÍTULO 31

SHOAKUMAKUSA

"Evitar el mal"

Un antiguo Buda, dijo: "Evitar el mal, practicar todo lo que es bueno, purificar tu mente; esta es la enseñanza de los Budas".

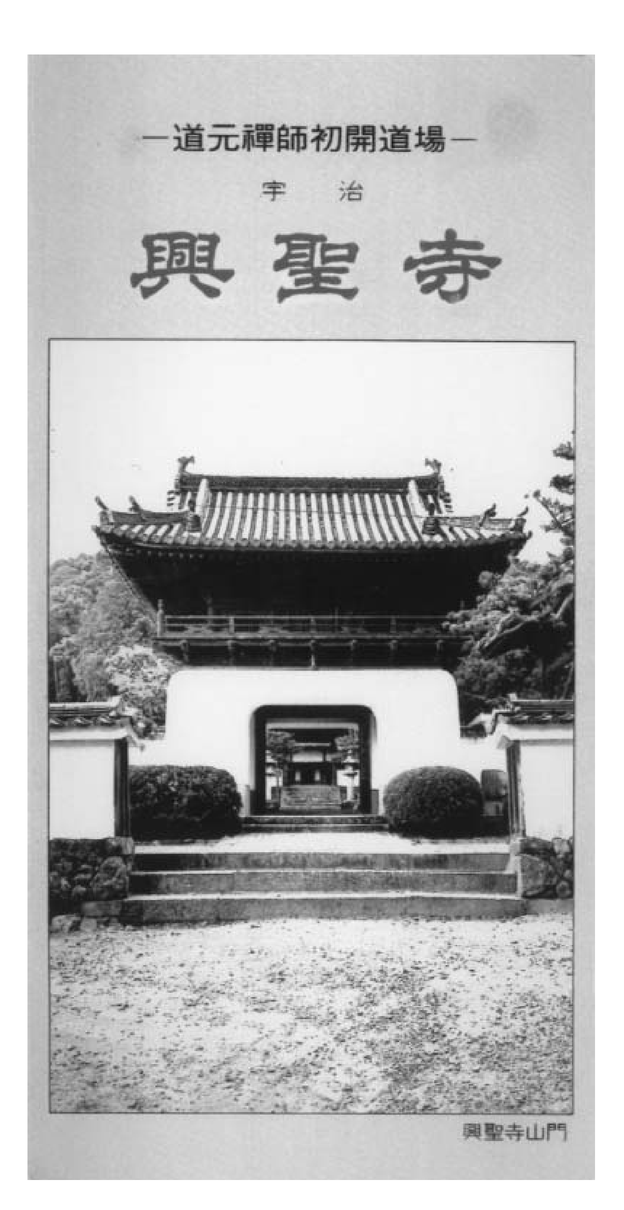
Todo lo malo, significa la mala naturaleza de lo bueno, lo malo y lo neutral. Esta naturaleza es innacida.

Cuando la naturaleza original del karma es iluminada, vemos el verdadero evitar, la impermanencia y el karma que cesa y nunca se detiene, porque es sólo desapego.

Si estudiamos así, seremos capaces de evitar todo lo malo. Cuando esta comprensión es actualizada, podemos evitar el mal y cortar toda la desilusión a través del Zazen.

La semilla de la iluminación se origina en la cadena de causación

y viceversa.
Lo bueno, es independiente de la creación o cesación del karma. Bueno es todos los Dharmas; todos los Dharmas no son buen karma. Karma, originación, cesación y bueno, tienen su propio comienzo y fin. Podemos practicar todo lo que es bueno pero no nos hará conscientes de nosotros o de las instrucciones de otros.
En la consciencia de nosotros y los demás, hay conocimiento y observación de nosotros y los demás; sin embargo cada activa visión iluminada es causa de la aparición del sol y de la luna. Esto es practicar cuanto es bueno. Cuando lo bueno es hecho, al propio tiempo, la iluminación es actualizada.
Practicar todo lo que es bueno, es necesario; no debemos pensar en ello analíticamente y nuestra visión iluminada no debe basarse en conjeturas.
"Bueno" es ni existencia, ni no existencia, vacío, forma... es decir, "práctica". No interesa cuándo y dónde es actualizada, esto es "práctica". Con segundad que "práctica" actualiza todo lo que es bueno. La actualización de la práctica, es el koan que está más allá de creación, destrucción o karma. Entrar, permanecer, salir... es como esto.
Buen karma es la actualización de la iluminación de la práctica. No es posible decir que la causa preceda siempre al efecto; ambos, causa y efecto, son realizados y completados.
"Purifica tu mente" quiere decir, evitar tu mente. Esto es la "práctica" y la "enseñanza de todos los Budas" equivale a libertad. Por tanto "practica tu mente liberada"
"El Burro se va, el caballo viene"
Es necesario tener esta clase de principio:
Pensamiento profundo
Explicación correcta y



KOSHOJI

Comprensión básica fundamentada en la ley Budista

Kannondori-Koshohorinji, 1229.

CAPÍTULO 32

DEN-E

"Transmisión del Kesa"

Desde hace dos mil años, todos los Budistas que se ejercitan con determinación y práctica visten el Kesa y le protegen como a la mente y el cuerpo de Buda.

El que transmite el Camino, siempre transmite el Dharma Budista y el Kesa.

Hay once clases de Kesa según el número de piezas de que está compuesto. Algunos laicos también lo llevan.

La manera usual, es llevarlo dejando expuesto al aire el hombro derecho. En algunas ocasiones, los monjes de alto rango, cubren ambos hombros.

Dejandole solapado sobre el hombro izquierdo, doblado derecha, revés, derecha, revés.

Los cosas que poseemos y el lugar donde vivimos, originalmente no pertenecen a nadie. La única cosa que podemos hacer, es transmitir debidamente lo que debidamente se nos ha transmitido. Este es el camino directo para aprender Budismo.

Sobre el material a usar para hacer el Kesa, lo importante es no estar apegados a él porque esto destruye el Kesa. La enseñanza de todos los Budas, es que los retales y deshechos de ropa usada son los más puros materiales. "Pureza" significa material donado por creyentes de mente pura. Las diez clases de sucios retales son, los rumiados por vacas, roídos por ratas, quemados, usados en mens-

truo, usados durante el nacimiento de un niño, comidos por pájaros, de cubrir muertos, procedentes de servicios religiosos, usados por gente importante y con los que se han transportado muertos.
Lo que la gente del mundo tira, los seguidores del Budismo pueden usarlo. Hay diferencias entre la práctica de unos y de otros.
Cualquiera que se haga discípulos de Buda –celestial, humanos, reyes, ministros, laicos, ascetas, esclavos o animales– deben recibir los preceptos y la adecuada transmisión del Kesa.
Cuando hay que lavar un Kesa, se pone incienso en el agua. Después de limpio y seco colocarlo en una repisa con incienso y flores. Hacer tres postraciones y poniéndolo en la cabeza, las manos en Gassho, cantar el Takesage.

Kannondori-Koshohorinji, 1240.

CAPÍTULO 33

DOTOKU

"Hablando del Camino"

Todos los Budas y Patriarcas hablan del Camino. Cuando estos escogen a otros Budas y Patriarcas como sus herederos, seguramente les preguntan para ver si saben cómo hablar del Camino. Esto lo hacen con el cuerpo y la mente. Si no hay Budas y Patriarcas, ellos no pueden ser preguntados sobre el Camino ya que falta la esencia.
Hablar del Camino, no depende de otros o de nuestra propia habilidad. Por el simple hecho de buscar a los Budas y Patriarcas, nos hacemos capaces de hablar de este Camino que es la práctica tradicional de la iluminación, que continúa para ser llevada adelante y estudiada en el presente.

Cuando Budas y Patriarcas practican y evalúan sus charlas, éstas son la práctica de tres, ocho, treinta o cuarenta años. Esto es hablar contínuamente del Camino.
Durante la práctica, no se debe perder el tiempo. Es por lo que la observación basada en la iluminación es siempre correcta. Las explicaciones sobre el Camino, poseen las observaciones del pasado y las del pasado, las presentes. Por tanto, observación y explicación, existen en el pasado y en el presente sin brecha alguna entre ellas.
Cuando esta práctica es continuada durante meses y años, todo el Karma malo cae. Después de caer, tu piel, músculos, huesos y médula son renovados y países, tierras, montañas y ríos, caídos. Esta caída es la última etapa e intentamos llegar a ella. La llegada, es la aparición de nuestro real ser; finalmente el momento adecuado ocurre y el hablar sobre el Camino es actualizado con frecuencia sin esperarlo. También, si no hay esfuerzo en el cuerpo y la mente hablamos del Camino con naturalidad. No es nada raro o inusual.
Por otro lado, un mudo también puede hablar del Camino. Ciertas personas pueden expresarse sin hablar y entenderse entre sí; son como buenos amigos que han logrado el Camino. Uno habla, otro no. Uno afeita el cráneo, otro es afeitado.
(Dotoku significa “hablar” o”manifestar” y también “lograr el Camino”)

Kannondori-Koshohoronji, 1242.

CAPÍTULO 34

BUKKYO

"La enseñanza Budista"

La actualización del Camino de todos los Budas, es la enseñanza Budista. La transmisión de unos a otros, hace girar la rueda de la Ley, que dentro de la visión iluminada, es la actualización de todos los Budas y Patriarcas y su nirvana. Todos los Budas y Patriarcas, emergen en una mota de polvo; una mota de polvo en el nirvana. El mundo entero emerge, el mundo entero del nirvana. Un instante emerge, el final del tiempo emerge.

No hay básicas diferencias entre Budas de treinta días o de ochenta años. La enseñanza de los Budas es enseñar; ésta es su total virtud. Hay Budas altos o bajos y las enseñanzas del Dharma no son estrechas ni pequeñas. Hay que saber que cuando Buda es grande, la enseñanza es grande y viceversa. En todo caso no son medibles o comparables.

La transmisión de una mente, es una especial transmisión fuera de las escrituras. El supremo vehículo de una mente es, "apuntando directamente al corazón del hombre, mirando dentro de su propia naturaleza y convirtiéndose en Buda".

La enseñanza budista es todo el mundo fenoménico anterior a nosotros. "Fuera" significa "dentro y viniendo de dentro". La transmisión justa, es la justa transmisión de uno a uno mismo. Uno mismo está en medio de la justa transmisión. Ya que una mente es debidamente transmitida a otra mente, hay una mente en la justa transcendencia. El supremo vehículo de una mente, es la tierra, las piedras, la arena. Éstas son una mente.

Mahakasyapa fue el heredero del Dharma de Sakyamuni y su

maestro enseñador del Dharma, que transmitió el Ojo y el Tesoro de la Verdadera Ley y mantuvo el Camino Budista. Cualquiera que piense que el camino Budista no fue transmitido así, tiene una vista prejuiciada. Aunque un solo verso fuera transmitido, el Dharma es transmitido.

Si un solo verso es transmitido adecuadamente, montañas y ríos son justamente trasmitidos. Este principio se mantiene en todos los casos como verdadero.

Quienquiera que desee estudiar la verdad del Dharma Budista en el pasado y en el presente y determinar la correcta enseñanza, debe estudiar y practicar con los Budas y Patriarcas. No ir a ningún otro sitio. Sólo Budas y Patriarcas pueden aclarar "existencia", "no-existencia", "vacío", "Forma", y transmitirlo correctamente. No obstante, haced uso de todos, los antiguos y los presentes Budas.

Los Tres vehículos son el Gran vehículo.

El de los sravaka, fundado en las Cuatro Nobles Verdades.

El de los pratiekabudas, fundado en la Dodécuple cadena del condicionamiento y la transmigración.

El del Bodhisattva, fundado en la enseñanza, práctica e iluminación de los Seis Paramitas.

Paramita significa "ir a la otra orilla" e "ir", actualizar sin error.

Dado en el Monasterio de Kosho el 1241 (Koshoji).

CAPÍTULO 35

JINTSU

"Poderes milagrosos"

Los "Poderes milagrosas" de los Budistas son sus acciones diarias de beber té y comer arroz. Todos los Budas practican estos poderes contínuamente.

Hay seis: visión sobrenatural, oído, mente lectora, memoria de vidas pasadas, omnisciencia, libertad perfecta, unificados, transcendentes y supremos.

No son más que hacer lo que hay que hacer por la mañana y por la tarde. Buda y los milagrosos poderes, hacen un cuerpo.

Os digo, monjes, que los obtenidos a través del Karma o alguna otra fuerza supernatural, son distintos de los seis milagrosos poderes de Buda: la habilidad de entrar en los mundos de la forma, sonido, olor, gusto, tacto y dharmas, sin ser atrapados por ninguno de esos objetos de conocimiento. Llegados a este nivel las seis facultades, forma, sonido, olor, gusto, tacto y dharmas, son vistas como vacías, libres de ataduras, maestros del Camino, sin depender de nada. Entonces, este cuerpo engañado originalmente producto de los cinco Skandas, camina por el mundo lleno de milagroso poder.

¡Seguidores del Camino! El Buda real no tiene atributos, la Verdadera Ley no tiene forma, detenéos en la creación de imágenes y modelos fuera de la ilusión. Ninguna cosa obtenida a través del buscador, es el salvaje zorro Zen, tampoco el real Buda, más bien la desilusión de los no creyentes.

Estos seis poderes del Camino, sólo pueden ser trasmitidos individualmente por discípulos de Buda, no otros.

En otro caso no podrán ser conocidos uno a uno. Un maestro del Camino no lo es mientras no haya recibido una individual transmisión de ellos.
Hyakujo dijo: “Ojo, oído, nariz y lengua están incontaminados y libres de apego, independientes de existencia y no existencia. No obstruyen ni son obstruidos por las cosas y no dependen de la comprensión intelectual. Esto es llamado milagroso poder. No ser cautivados por milagrosos poderes es llamado “milagroso poder”. Es así que se dice “El Bodhisattva del no milagroso poder, no deja huellas”. “Esta es la marca de quién se desarrolla continuamente detrás de Buda; incomprensible y maravilloso. Nada puede obstruir a esta gente. La actividad milagrosa de los seis órganos es un vacío que no es un vacío”.
Los cuatro niveles de la práctica significan “Recibir y mantener los cuatro versos” que es no ser cautivados por la existencia o no existencia, ni tentados por los órganos de los sentidos. “No ser tentados” significa “limpios o incontaminados” todos los días de la mente, firmes y armoniosos.
En todo caso, el Camino Budista, es realizado siempre a través de los seis milagrosos poderes.

Kannondori-Koshohorinji, 1242.

CAPÍTULO 36

ARAKAN

“El arhat”

Todos los malos pensamientos han sido consumidos, las pasiones cortadas, el mérito (virtud) de la iluminación poseído, la ilusión dispersada y emergida la completa libertad de la mente.

Este es el camino del Gran Arhat. El último estada que enseña el Camino Budista y el cuarto estadio de la práctica Hinayana- éste es el Arhat Budista.
“Libertad completa” significa total actividad de la mente. “Pasiones cortadas”, que originalmente no existe mancha alguna.
Los que alcanzan el nivel de Buda son llamados arhats. Fuera de este estado no hay nada más. Cuando un arhat realiza todos los Dharmas, el Camino Budista se ha ilimitado. Esto es “no mente, no Buda, no algo”.
El maestro Zen Kassan dijo: “Antes de que la gente de otros tiempos llegase a la iluminación, entraban en lo más profundo de las montañas, elegían una cueva cubierta de arbustos y cocinaban sus alimentos con utensilios elementales. Vivían así por diez o veinte años, olvidando completamente el mundo de los hombres, felices de haber dejado atrás y lejos tanta suciedad.
La gente de hoy día no espera guiarse por este tipo de vida. Simplemente desean permanecer anónimos, escondidos y haciendo sólo lo necesario. Se hacen viejos, poco más que piel y huesos. Viven una vida iluminada para sí mismos de acuerdo con su habilidad individual. El viejo Karma es cortado y las antiguas costumbres disipadas. Si ellos tienen algún especial poder, tratan de pasarlo a otros y trabajan por establecer relaciones basadas en el Karma. Ellos se ejercitan además en conseguir mucho fruto.
El Maestro Zen Daichi, dijo: “Los seis órganos de los sentidos, ojo, oído, nariz, lengua, cuerpo y consciencia, son cada uno limpios para todos los Dharmas existentes y no- existentes”. Esto es llamado “en posesión de los cuatro versos (gathá)”, o “el cuarto estado de la práctica”. Cuando la función de los seis órganos transciende a uno y a los otros la total dimensión de su mérito (vir-

tud o potencialidad) no puede ser medido. El cuerpo entero es sin-mancha y todos los Dharmas existentes y no existentes, lo son también. "Poseer los cuatro versos gathá" significa que cada órgano es incontaminado. Este es el estado de arhat.
La presente actualización de los seis órganos, es el arhat. Formular y mantener este principio, es transcender las manchas.
Podemos expresarlo así:" Cuando un arhat departe con gente ordinaria, su enseñanza resulta obstruida por ellos. Cuando está con santos su enseñanza resulta liberada. Debemos saber que en toda circunstancia arhats y Dharmas coexisten. El estado de arhat lo cubre todo, lo abarca todo.

Kannondori-Koshohoronji, 1242.

CAPÍTULO 37

SHUNJU

"Primavera y otoño"

Un día, al maestro Tozan, un monje le preguntó: "¿Cómo evitar el calor y el frío?" Tozan dijo: "¿Por qué no te vas a un sitio donde no exista ni calor ni frío?" El monje: "¿Dónde está ese lugar?" Tozan replicó: "Cuando hace frío, sé completamente frío, cuando hace calor, sé completamente calor".

Kannondori-Koshohoronji, 1242.

CAPÍTULO 38

KATTO

"Confusión espiritual". "Usar la ilusión para cortar la ilusión"

Generalmente, los santos estudian en orden a cortar las raíces de su confusión espiritual. ¿Conocen la manera de usar la confu-

sión-ilusión para transmitirla? Es raro encontrar a alguien que sepa que la ilusión no puede ser separada de la transmisión del Dharma. Es como enfrentar Budas con Budas.
Bodhidarma, el XXVIII Patriarca dijo a sus discípulos: "Es el momento de que me digáis lo que habéis encontrado". Doju dijo: "Nadie está atado ni no atado por palabras o letras, por tanto, que se comporte libremente". Bodhidharma le dijo: "Tú posees mi piel".
La monja Soji dijo: "Después de que Ananda vio la tierra de Buda ya no la volvió a ver". Y Bodhidharma dijo: "Tú posees mi carne". El tercer discípulo Doiku dijo: "Los cuatro elementos están vacíos y los cinco skandas son no-existentes. No hay nada que deba lograrse". El Patriarca dijo: "Tú posees mis huesos". Finalmente Eka hizo tres postraciones y sin hablar, volvió a su sitio. Bodhiharma dijo: "Tú posees mi médula". Entonces Bodhidharma transmitió su Dharma y su ropa a Eka designándole como segundo Patriarca (de China).
La gente que no conoce la verdadera transmisión entiende todo esto de manera superficial pensando que hay diferencias de nivel de comprensión o consciencia entre los cuatro discípulos y una distinción por parte del Patriarca. Incluso se piensa que al segundo Patriarca le dio la médula porque su comprensión fue la mejor. Las cuatro interpretaciones no son necesariamente iguales aún cuando el Patriarca se expresa en parte igual. "Tú posees mi... ...". Si poseemos la piel, también poseemos el Dharma. La clave está en "posees". Y se trata de una posesión mutua. Maestro y discípulo aprenden juntos. Este mutuo estudio y búsqueda del Camino entre maestro y discípulo es Katto, el entrelazamiento físico y espiritual de Budas y Patriarcas. Esto es lo que hace la vida de

Budas y Patriarcas; piel, carne, huesos, médula, forman la sonrisa de Mahakasyapa.

Debemos, además, estudiar que la semilla de este entrelazamiento tiene la habilidad de liberarnos; tiene ramas, hojas, flores y fruto que con el viento, todos juntos, hacen la planta.

El Camino de los antiguos Budas es la experiencia de iluminación del Dharma Budista y la comprensión de la propia esencia.

Kannondori-Koshohoronji, 1242.

CAPÍTULO 39

SHISHO

"El sello de la transmisión"

Todos los Budas transmiten el Dharma unos a otros; todos los Patriarcas transmitieron el Dharma unos a otros. Esta mutua promesa de iluminación es la recta transmisión de maestro a discípulo. Sin embargo tenemos la suprema iluminación. Si no eres un Buda, no puedes recibir el sello de la iluminación; si no posees el sello no puedes ser Buda. ¿A quién más Buda puede dar el sello de la iluminación?

Cuando el sello es recibido, hay autoiluminación sin maestro, sin yo. Así es porque decimos que los Budas transmiten la iluminación y los Patriarcas mutuamente se prometen la iluminación (se comprometen). Si no eres un Buda, no puedes aclarar la esencia de este principio. Incluso los más adelantados tienen dificultades.

Budas transmiten a Budas y sólo Budas pueden maestrear el camino Budista. Piedras transmiten piedras, jade transmite jade, crisantemo y pinos transmiten y transmiten el sello de la iluminación. Cada generación pasa su vida a la siguiente.

Si no hay mutua garantía (promesa o compromiso) de iluminación entre Budas y Patriarcas, no habrá sabiduría Budista, ni recíproca comprensión entre ellos. Si nos falta la sabiduría, nos falta la fe, la confianza y el compromiso.
Si no tenemos todavía muy claro lo que es el Camino de Buda, no podemos comprender nada sobre la transmisión Budista. “Transmisión Budista” significa ser herederos de Buda. Siempre que es transmitido el Dharma hay shisho (o shiho), el sello de la transmisión (que es el certificado de la iluminación y transmisión del Dharma escrito por un maestro y dado a su discípulo).
A veces un Kesa, un palo, una rama de pino, un pelo de la barba, una flor, ropa de oro, una sandalia de paja, un shippei, son usadas para transmitir el Dharma.
Cuando ocurre la transmisión el sello está hecho con sangre de un dedo o de la lengua y escrito con aceite o leche. El que da y el que recibe forman la transmisión Budista.
Hay gente egoísta y deshonesta que estudia con un renombrado maestro y le pide su retrato o una simple caligrafía que usa como prenda de transmisión. Son gente codiciosa de fama y ávidos de fortuna. Lo usual es solamente un certificado de que alguien está siendo su discípulo.
Hoy día, ésta es la práctica para dar la transmisión del Dharma a alguien que ha adquirido cierto poder mientras estudiaba con un maestro. Tal sello meramente certifica que él ha copiado, imitado, seguido los pasos de su maestro. La mayoría de los monjes tienen tendencia a permanecer con un maestro, leyendo sus lecturas, viviendo en su monasterio (o Templo), ocupados en el estudio, tratando de aclarar el Gran Asunto de la vida y de la muerte, esperando recibir el sello de la transmisión cuando en realidad no

debieran.
En 1223 (cuenta Dogen), el maestro de Sutras Den, me enseñó su sello de la transmisión. En él había lo siguiente: los nombres de todos los Patriarcas antes y después de Rinzai. Después de su nombre estaba dibujado un gran círculo y dentro escritos los nombres junto con sus ambos sellos. Después del nombre del heredero del Dharma, la fecha. Parece que incluso un distinguido maestro como Rinzai no se veía más allá de producir un sello inadecuado.
Mi último maestro Tendo, el Primer Abad, era muy estricto en lo concerniente a jactanciosas recepciones de la transmisión del Dharma. Su comunidad era de viejos Budas. Reformó completamente el Monasterio. El mismo, nunca vistió un elaborado Kesa. Recibió la ropa del Dharma de Dokai pero no la vistió ni siquiera en las ceremonias. Nunca vistió clase alguna de ropa cara. Los que comprendieron y los que no comprendieron, le respetaron como a un hombre de verdadero conocimiento y profunda intimidad.
También conseguí ver un sello de Musai Ryoha, Abad del Monte Tendo en el año 24, de mano de Shiko, secretario general del monasterio. Este sello estaba envuelto en seda blanca y un brocado rojo en una pieza cilíndrica de jade en un extremo. Medía nueve sun por siete pies. Este documento no se le enseña a nadie por lo que yo estuve muy agradecido. Inmediatamente fui a la habitación del Abad, ofrecí incienso e hice una postración para mostrar mi gratitud. Musai dijo: “es raro tener tal oportunidad. Ahora has llegado al real estudio del Camino”. Lo cual me alegró mucho.
Más tarde, haciendo una visita a Maneaji cuyo Abad era Gensu de Fakushu, éste me enseño su sello, cosa rarísima. Estaba hecho de

tela con un dibujo de un ciruelo florecido; medía nueve pulgadas de alto por ocho pies de largo. La vara era de jade amarillo y estaba bordado de brocado.

Kannondori-Koshohoronji, 1241.

CAPÍTULO 40

HAKUJUSHI

"El roble"

Los monjes quieren ver a un sabio, pero no quieren serlo. La práctica del Zazen es la calle directa que conduce al camino Budista; buscar la verdad dentro del Zazen.

Una vez, un monje preguntó al maestro Joshu, "¿Por qué vino el primer Patriarca del oeste?". Joshu dijo "El roble frente al jardín". El monje insistió: "¿No puedes darme una respuesta objetiva?". Joshu replicó "No puedo".

Este Koan originado con Joshu fue creado con el cuerpo entero de todos los Budas. ¿Quién es el maestro de este Koan? Estas preguntas y respuestas no corresponden ni pertenecen al mundo objetivo. El roble no tenía un ser objetivo. La pregunta sobre una respuesta objetiva, tiene la respuesta "Yo no puedo". ¿Cómo puede el sacerdote permanecer atado al sacerdote? Y si no está atado se convierte en "yo". Como puede "yo" estar atado a "yo". Si está atado se trata de un ser humano. Qué nivel de objetividad puede ser obstaculizado por "vino del oeste". ¿Es que "vino del oeste" ocurre en el mundo objetivo?

Sin embargo no esperemos conscientemente un estado objetivo de "vino del oeste" ya que no es necesariamente el Ojo y el Tesoro de la Verdadera Ley. Esto no es ni mente, ni Buda, ni cosas.

Este "¿Por qué el primer Patriarca vino del Oeste?" no es una cuestión que indique que el monje y Joshu participasen del mismo punto de vista. Cuando estas cuestiones se dan, ninguna persona es vista, ni el que pregunta gana nada. Lo más profundo e impenetrable es esto. Sin embargo las respuestas son incompletas, los errores se amontonan y nuestra conversación es como un eco vacío, ¿verdad? Ya que no hay objetividad ni subjetividad "el roble frente al jardín" está enraizado en total libertad.
No estamos hablando en un sentido objetivo por tanto el roble no es un asunto usual. Si lo consideramos objetivamente, Joshu no dio una respuesta objetiva. Ese roble, no es como el que crece cerca de la tumba del emperador. Nuestro roble no puede ser cortado, ni volver al polvo. Ni siquiera convertido en polvo puede obstaculizar nuestros pensamientos o práctica y consecuentemente, Joshu dijo "Yo no puedo dar una respuesta objetiva". ¿Cómo puede ser enseñado a otra gente, si nosotros mismos somos como el roble, sin discriminar objetividad de subjetividad?
El roble y la naturaleza de Buda no tienen diferente sonido.

Kannondori-Koshohoronji, 1242.

CAPÍTULO 41

SANGAI YUISHIN

"Los tres mundos son sólo mente"(Forma, vacío, apego)
El Gran Maestro Sakyamuni dijo: "Los tres mundos son sólo mente; fuera de la mente, nada existe; mente, Buda y seres sintientes no son tres cosas diferentes".
Podemos creer erróneamente que los tres mundos no existen, sin

embargo, no podemos separarnos de ellos. Dentro, fuera, en el centro, comenzando, en el medio y en el final, todo es los tres mundos. Los “tres mundos” es el mundo visto como tres mundos. Si alguien piensa que no existen, él es falso. Alguien puede pensar que se trata de un viejo punto de vista (ilusión) o nuevo (iluminación). Los tres mundos son vistos de ambas maneras, como ilusión y como iluminación.

Sakiamuni dijo: “Los tres mundos que yo veo no son como los tres mundos de la gente común”. No son la existencia presente u original, no una hecha nuevamente, ni formada por el Karma, no comenzando, o mediando o al final. Se trata de un encuentro de la función del desapego y la función causada de ser desatado. La Práctica desarrolla la Práctica.

Los tres mundos presentes, son los tres mundos que vemos. “Viendo es viendo los tres mundos; viendo son actualización y la actualización de los tres mundos vistos. Esta es la actualización de la realidad. A través de los tres mundos, resolución, práctica, iluminación y nirvana, surgen.

Esto es “todas las cosas me pertenecen”. Por ello Sakyamuni dijo: “En los presentes tres mundos están mis posesiones; todos los seres sintientes de en medio de los tres mundos, son mis hijos”.

Los hijos de todos los Budas son seres sintientes; los seres sintientes son los compasivos padres de todos los Budas. Nada hay fuera de los tres mundos, nada fuera de los seres sintientes. Si no hubiera seres sintientes, ¿cómo podría Buda enseñar? Donde los Budas enseñan, seguramente hay seres sintientes.

“Sólo mente” significa la realidad de todas las formas; sólo Buda transmite Buda. Es imposible encontrar en el gran mundo quien

haya logrado el Dharma Budista. ¿Qué significa el gran mundo?”.

Dado a los monjes en el Pico de Zenjiho, 1243.

CAPÍTULO 42

SESSHIN SESSHO

“Exponiendo la mente, la naturaleza”

Cuando el Maestro Zen Shinsan fue en peregrinaje con el Gran Maestro Tozan Gohon, apuntando hacia un templo dijo: “Dentro de este templo, hay alguien explicando (exponiendo o aclarando) mente y naturaleza”. Shinsan preguntó: “¿Qué es?”. Tozan dijo: “Si preguntas sobre este asunto, irás directamente hacia tu muerte”. Shisan preguntó de nuevo lo mismo contestándole Tozan: “La vida está fundamentada en medio de la muerte”.

Explicar la mente y explicar la naturaleza, es la raíz del Camino Budista. (La naturaleza de la mente). Budas y Patriarcas se han actualizado en esto. Si no hay explicación de mente y naturaleza, la rueda de la Ley no da vueltas, no hay despertar ni práctica, ni logro simultáneo del Camino para todos los seres y no hay naturaleza de Buda en los seres sintientes. El crecimiento de una flor y el guiño del ojo, la sonrisa de Mahakasyapa, las postraciones de Eka, la entrada de Bodhidharma en China y la recepción del Kesa a medianoche de Eno, todas son exposiciones de la naturaleza de la mente. Lo mismo que levantar un palo.

Las virtudes de los Budas y Patriarcas están contenidas en “explicando la mente, explicando la naturaleza”. Todos los días lo hacían y también los muros, las tejas y las piedras. Esto equivale a la actualización del dicho “Cuando aparece la mente, aparecen los fenómenos (formas), cuando la mente perece, perecen los fenóme-

nos”.

Pero los que no entran dentro de mente y naturaleza están en la oscuridad sobre este asunto de explicar mente y naturaleza. No pueden penetrar su profundidad y maravilla. Menos pueden enseñarlo ni afirmar que se trate de un mero discurso.

Una vez Daie dijo: “Gente de hoy día gusta de explicaciones sobre mente y naturaleza para ser profundos y maravillosos, por eso se toman mucho tiempo para dedicarse al Camino. Si abandonamos ambos, mente y naturaleza y olvidamos todo lo referente a charlas profundas y maravillosas, con el tiempo, estos aspectos subjetivos no aparecerán y podremos lograr la iluminación”.

Todo esto viene a propósito de Daie que perdió la generosa serenidad de los Budas y Patriarcas. El pensó que “mente” es la facultad de discriminación; no sabía que estos pensamientos discriminatorios sólo están contenidos en la “mente”. Por eso hablaba así. No sabía que “naturaleza” es pura, profunda y serena, así como ignorante de la existencia o no- existencia de Buda o Dharma; no podía soñar igualmente sobre la naturaleza de la talidad. Consecuentemente su visión del Dharma Budista era muy unilateral. La Mente conseguida a través del Camino de los Budas y Patriarcas, es su piel, carne, huesos y médula. La naturaleza poseída por ellos es un Shippei, un bastón. Su profunda iluminación es una columna, una linterna de piedra. Su maravilloso Camino es su Campo de conocimiento y comprensión.

Convertirse en Buda y Patriarca basado en la verdad de Budas y Patriarcas, ocurre, lo primero, escuchando las palabras “mente” y “naturaleza”, entonces una directa explicación se logra con práctica e iluminación.

Hemos de esforzarnos en mantener y aprender más sobre este pro-

fundo estudio. Así podremos decir son verdaderos estudiantes y descendientes de los Budas y Patriarcas.

Por tanto, cuando pensamos que hemos logrado el Camino, no lo hemos hecho, ¡no podemos asegurar que hay logro mientras no tengamos consciencia del logro del Camino! En ambos casos aparece el mal entendimiento. Si hablamos como Daie y decimos “olvidar mente y naturaleza” todavía estaremos usando uno de los millones de caminos para explicar la mente. “Abandonar profundas y magníficas charlas” es otra forma de maravillosa y profunda charla. Si perdemos el adecuado estudio de este punto y tontamente le olvidamos, el asunto puede volar de entre nuestras manos.

El significado del estudio y práctica con un maestro, es la experiencia del cuerpo y la mente de “explicando la mente y explicando la naturaleza”. Debemos estudiar sólo esto antes y, después, obtenemos un cuerpo. Nada más hay detrás de lo dicho.

Un día Bodhidharma dijo al segundo Patriarca Eka: “Corta tus análisis sobre el mundo externo y detén el trabajo de tu mente, enciérrala como entre muros y entonces puedes entrar en el Camino”.

Pasado un tiempo Eka, que había oído muchas y diferentes explicaciones sobre la mente y su naturaleza pero no conocía la iluminación, fue preguntado por Bodhidharma:”¿Estás atado a tu desapego?”. Eka dijo que no. Invitándole su maestro a explicarlo, Eka dijo: “Estoy usando mi mente de todos los días y ninguna palabra puede describirlo”. Entonces Bodhidharma le dijo: “Ésta es la esencia de la mente transmitida por todos los Budas y Patriarcas. Ahora que la has conseguido, presérvala bien”.

La gente común no puede distinguir de métodos. Buscan prácticas ascéticas antes que la propia mente buscadora de iluminación y

práctica del Camino Budista. Su práctica es inútil pero pueden progresar con un buen maestro.
En la dirección de dominar un aspecto de la enseñanza Budista en el presente, hemos de elaborar una especie de lista con nuestro errores pasados. Después de muchos errores, nos convertimos en expertos. Escuchar la enseñanza, practicar el Camino y lograr la iluminación ocurre así. Equivocándose muchas veces en el pasado explicando mente y naturaleza puede tornarse en maestría en el presente. Frecuentemente cuando la gente comienza a practicar el Camino Budista, sienten que es demasiado difícil y, abandonando, buscan otro sendero. Debemos comprender el Camino Budista en su real sentido desde el principio hasta el final. El dicho “detrás del error aparece el éxito” es difícil de comprender.
En Budismo, ambos, la resolución inicial de iluminación y el logro de la perfecta iluminación, son el Camino Budista y están en todos los momentos, inicio, medio y final de nuestra práctica.
Gente insensata piensa que cuando estudiamos Budismo no llegamos al Camino hasta que nuestro estudio ha sido completado. No saben que proclamar, practicar o iluminar está en nosotros y contiene todos los aspectos. Dicen que sólo aquellos que están perdidos en la ilusión necesitan practicar el Camino Budista. Desconocen que los que no están perdidos en la ilusión también logran la gran iluminación si practican diligentemente.
Aunque explicar la mente y la naturaleza prevalece sobre el logro de la iluminación; también incluye el Camino Budista; la iluminación se manifiesta a través de la explicación de la mente y su naturaleza.
Tanto la gente que vive en la ilusión, como la iluminada tienen la gran iluminación y al contrario, la no iluminada y la que no está

en la ilusión.
No hay explicación sin naturaleza y no hay mente sin explicación. "Buda-naturaleza" es la explicación de todo y "no-Buda-naturaleza" es también una explicación de todo.
El dicho de Tozan "la vida se fundamenta en medio de la muerte" significa que hay alguien que está explicando mente y naturaleza. También, a través de la muerte, "la total muerte", puede emerger la actualización y el logro de la vida.

Dado a los monjes de Kippoji, 1243.

CAPÍTULO 43

SHOHOJISSO

"La real forma de todas las cosas"

La actualización de los Budas y Patriarcas, es aclarar la forma real. La real forma, es todos los Dharmas. Todos los Dharmas, son la forma de la Talidad(2), la naturaleza de la Talidad, la Talidad del cuerpo, de la mente, del mundo, de las nubes y la lluvia, del movimiento, estar de pie, sentado y echado, la Talidad de la tristeza y la felicidad, agitación y calma; la Talidad de un palo y un espantamoscas, la salida de una flor y la sonrisa, de transmitir la Ley y recibir la iluminación, la del estudio y la práctica del Camino, la Talidad del pino y del bambú.
Sakyamuni Buda dijo: "Debemos aclarar completamente la real forma de todas las cosas lo cual es sólo transmitido de Buda a Buda. Todas las cosas (todos los Dharmas) son la real forma de la Talidad, la naturaleza de la Talidad, el cuerpo de la Talidad, el poder de la Talidad, la creación de la Talidad, el origen de la Tali-

(2) Talidad: de ser tal y como son.

dad, el efecto, el fruto, el resultado, la Talidad de todas las cosas que comienzan y acaban”.
Esta expresión del Tathagata “todas las cosas que comienzan y acaban”, son verdaderas palabras de la real forma de existencia, la aguda sentencia de un gran Maestro. Es el estudio de la unidad porque estudiar significa unificar.
“Sólo Buda transmite Buda” es la real forma de todas los cosas; la real forma de todas las cosas es sólo Buda transmite Buda. Sólo Buda es real forma, “transmite Buda”, es todas las cosas. “Todas las cosas” es “sólo Buda”; “real forma” es “transmite Buda”.
“Todas los cosas” ya se han convertido en todas las cosas y entonces se las llama “sólo Buda”. “Todas las cosas” se han convertido en verdadera forma y son llamadas “transmite Buda”. Todas las formas son de sí mismas, todas las cosas con forma y naturaleza de talidad. Real forma es verdaderamente real forma con forma y naturaleza de Talidad.
La proclamación debe ser “Todas las cosas deben ser aclaradas completamente”; “aclarar” quiere decir “completamente”. Puesto que no hay comienzo ni fin, ésta es la forma de la Talidad con naturaleza de Talidad. La naturaleza de la Talidad es la completa aclaración de la sustancia de Talidad: su poder, actividad, causa, producción, efecto, resultado, que son los estados desde el original despertar hasta la final iluminación. Esto es la actualización de la Talidad. No hay relación de causa-efecto. La forma de la Talidad no es una forma ni tampoco una talidad ilimitada sino que es imposible de expresar o medir. La medida de todas las cosas y de la real forma debe ser la medida de nosotros mismos. Éste es el motivo de que sólo Buda trasmite a Buda la completa aclaración de la real forma de todas las cosas.

"Solamente" y "transmite" mantienen una relación como: el cuerpo existiendo como realidad y la iluminación de la forma como forma; nada más.
A partir de la sustancia y el poder, los seres ordinarios se transforman en santos; desde efecto y resultado, uno puede transcender Budas y Patriarcas; desde la causa y la producción; uno puede transformar la suciedad en oro; desde efecto y resultado, la ley es transmitida y recibes un Kesa.
Si no aclaramos la real forma, no proclamamos la real forma, no la comprendemos y no la transcendemos, no somos Budas o Patriarcas.
"Todos los Bodhisattvas" son todos los Budas. En la etapa inicial de la búsqueda nos convertimos en Buda. Hay Bodhisattvas que se han convertido en Budas billones de veces.
Seppo dijo, "Toda la tierra es la puerta de la liberación pero muchos se niegan a entrar". Debemos saber que aunque esté abierta en todas las tierras y mundos, no es fácil pasar adentro y afuera, pocos hacen el esfuerzo.
Un día el maestro Zen Oan aconsejó, "...con nada sino Buda en tu mente todo el día, conseguirás lo inconseguible. Es como un gran espacio infinito y sin forma. Unifica el frente y la espalda, combina absoluto y relativo, olvida la distinción entre intuición y análisis, armoniza pasado, presente y futuro. Llegando a este estado uno se convierte en sabio, el hombre del Camino que nada hace".
Deberíamos saber que "la real forma es la que fluye correctamente a través de la transmisión de maestro a discípulo"; "Todas las cosas" es la completa investigación de sólo Buda transmitiendo

Buda; sólo Buda transmitiendo Buda es la verdadera forma de la realidad.

Kippoji, 1243.

CAPÍTULO 44

BUTSUDO
“El camino Budista”
El mérito (virtud o potencialidad) y la esencia del Dharma Budista, son trasmitidos intactos.
En el Gran Camino de la auténtica transmisión de los Budas, los que usan la expresión “Secta Zen”, nunca han visto, oído, ni siquiera soñado con el verdadero Camino Budista.
Cuando Eka preguntó a Bodhidharma si le aceptada como discípulo, le contestó “El supremo y maravilloso Camino de todos los Budas, requiere constante diligencia, pesada práctica y paciente esfuerzo. Si lo intentas con inferior virtud, mente estrecha y vanidad, nada se conseguirá. El Sello del Dharma de todos los Budas no es una cosa para obtener de otros. El Tathagata transmitió el Ojo y el Tesoro de la verdadera Ley a Mahakasyapa”.
Esta transmisión, ocurre directamente, cara a cara, levantando la ceja, pestañeando y a través del cuerpo, la mente, huesos y médula.
En los tiempos de los Sung en China, el Budismo, no estaba dividido en “Cinco Sectas” (o Casas). Los antiguos no diferenciaron escuelas o corrientes. Esto corresponde al comienzo de la degeneración del Budismo y al estado de confusión de la sociedad.
Si cualquiera promueve sus propias ideas, ¿cómo podría haberse transmitido el Camino Budista hasta nuestros días? Y si cualquie-

ra crea su propia enseñanza, ¿cómo discernir la verdadera de la falsa?

Kippoji, 1243.

CAPÍTULO 45

MITSUGO

“Enseñanza secreta o íntima”

“Sakyamuni poseyó la enseñanza secreta pero Mahakasyapa no la ocultó”.

Cuando estudies, no intentes comprender todo enseguida; considera cada cosa en detalle una y otra vez, cientos y miles de veces, como cuando quieres cortar un material muy duro. No pienses que esto es fácil de conseguir aún entendiendo, después de escuchar una explicación.

Hay muchos caminos para estudiar el Dharna Budista; las dos expresiones clave son: “comprendiendo el Dharma Budista” y “no comprendiendo el Dharma Budista”. Si no has encontrado un auténtico maestro, no puedes saber cual es la clave de estas expresiones. La gente necia piensa que hay una enseñanza secreta que no puede ser percibida por las facultades de ver y oír.

Los que no han oído o aprendido la enseñanza de un auténtico maestro, no son capaces ni siquiera de soñar este principio hasta que conozcan los sermones del abad de un gran templo.

Usar palabras para describir la enseñanza Budista es muy superficial, pues sólo expresan letras y formas.

“Las flores aparecen sin necesidad de hablar”, es el origen de las enseñanzas de Buda; aún así, millones no entienden aquel día en el Pico de los Buitres, y se convierte en una “enseñanza secreta”,

oculta para ellos. El significado de “Mahakasyapa no la ocultó”, es su sonrisa. Cuando Sakyamuni le enseñó la flor de udumbara no estaba escondida para Mahakasyapa. Ésta es la real, secreta enseñanza que ha sido transmitida de maestro a discípulo.
La gente que piensa en secretos, es mucha por toda la China y es la causa de que el Camino de los Budas y Patriarcas, decline. Los que son realmente penetrantes, deberían examinar semejantes errores seriamente.
Si pensamos que la enseñanza de Buda con palabras, es superficial, entonces, “mostrar la flor y guiñar el ojo”, es también superficial. Si pensamos que las palabras de Sakyamuni sólo contienen letras y formas, no somos estudiantes del Dharma Budista. Este tipo de gente no está liberada del cuerpo y la mente vulgares. Los Budas y Patriarcas que han dejado caer totalmente cuerpo y mente, usan palabras para proclamar el Dharma haciendo girar la rueda de la Ley con gran utilidad para los que les ven y oyen. Los que tienen fe y siguen el Dharma, serán influidos por las palabras y las no-palabras de la enseñanza Budista.
Cada uno de los Budas penetró “mostrando la flor y guiñando el ojo”, en el mismo nivel (de consciencia). Lo que ellos ven, es brillante; lo que oyen, claro. Hay un ojo de la mente y un ojo del cuerpo y hay un oído de la mente y un oído del cuerpo.
Hemos de saber que cuando nos convertimos en Budas y Patriarcas las enseñanzas secretas y las prácticas secretas se realizan.
Cuando encontramos a un “hombre secreto” con enseñanzas secretas, no podemos verle con el Ojo de Buda. La práctica secreta, no es consciente de las distinciones entre yo y los otros. Uno sólo conoce sus propios secretos y los demás no pueden conocerlos.

El secreto está justo delante de nosotros, por todas partes, nada está oculto. Este principio debemos estudiarle y aclararle. El que estudia diligentemente, es seguro que recibirá una enseñanza secreta. Esta es la auténtica transmisión de Budas y Patriarcas.
La esencia de oír, oler y ver iluminadamente, no es ni vieja ni nueva: simplemente es la función del cuerpo y mente completos. Es el principio de la caída de la lluvia y la aparición del mundo.

Kippoji, 1243.

CAPÍTULO 46

MUJO SEPPO

"La proclamación de la Ley de las cosas inanimadas"

El acto de proclamación de la Ley, es la actualización de la iluminación transmitida por Budas y Patriarcas a Budas y Patriarcas.
El vuelo del pájaro, no deja huellas. Así es la transmisión.
Cuando hay transmisión de un Kesa, hay transmisión de la proclamación de la Ley universal e indiferenciada.
El maestro Daisho, dijo: "yo proclamo la Ley para todos los seres sintientes, no para todos los Budas". Un monje le preguntó qué ocurría cuando oían su proclamación, a lo que contestó: "Dejan de ser seres sintientes", (sufrientes).
Los necios creen que la proclamación de la Ley por parte de los seres inanimados, es como el sonido del viento entre los pinos porque en ese caso todo el mundo podría oírla. La proclamación por parte de los seres animados, esa sí que está basada en los sonidos y palabras de los seres humanos. La de los seres inanimados, no necesariamente ha de ser percibida por los sentidos. No la escuches con el oído, escuchala con el ojo, pues los seres inani-



YU GU ZANMAY
En Zazen no se sufre. Es como un juego.

Caligrafía que Kodo Sawaki dio a su discípulo Shuyu Narita y éste a Soko Daido y éste a Doshin

mados proclaman la Ley inanimadamente, explicaba el maestro Tozan.
Ungan dijo una vez: “Si no podéis oír mi proclamación de la Ley, ¿cómo váis a oír la de los seres inanimados?” Se refiere al estado de la consciencia de una persona común. Hay cien caminos o maneras de oír la proclamación de la Ley por parte de los seres inanimados, pero el maestro quería dar a entender que se hace con otra consciencia.
Un antiguo dicho, reza así: “el mundo entero en las diez direcciones, está en el ojo de un monje”.
El mundo entero no está sino que es ese simple ojo.
Podemos escuchar el sonido en cualquier parte de nuestro cuerpo. Si así y todo no tenemos experiencia completa escuchando a través del ojo, hemos de tener maestría y dejar caer la proclamación de la Ley de los seres inanimados y animados escuchando la Ley sólo.
La gran virtud de escuchar la Ley, no es fácil de conocer aún formando parte de la comunidad de Budas y Patriarcas y estudiando su piel, carne, huesos y médula. Recordemos que este poder no disminuye nunca, hay largos y cortos períodos de práctica según la habilidad de cada cual pero el efecto, al final, se realizará. No es necesario memorizar incontables detalles, ni suficiente dominar un sólo aspecto.

Kippoji, 1243.

CAPITULO 47

BUKKYO
“Sutras Budistas”
En medio de la Ley (Dharma) está el Bodhisattva enseñando y el Buda enseñando.
Budas y Patriarcas en India y China siguen las instrucciones de los sutras y de excelentes maestros. Resolución, práctica e iluminación, armonizan con las instrucciones dadas por los sutras y los maestros. Antes del despertar y siguiendo la realización, trabajamos juntos con maestros y sutras. El maestro experto siempre utiliza los sutras. Utilizar significa cultivar y hacerlos propios con el cuerpo y la mente. Todos los sutras fueron creados por maestros. Otros se unificaron con los sutras mientras que otra parte los utilizó para encontrar el Camino.
Mi último maestro decía: “En mi práctica, incienso, postraciones, canto del nombre de los Budas, arrepentimiento o leer los sutras, son cosas que no se hacen. Nosotros hacemos, sentados con una sola mente, la dura práctica del Camino dejando caer (abandonando) cuerpo y mente. Poca gente entiende esto. Cuando solamente leemos las letras de los sutras, nos atamos a ellos; si ignoramos sus frases, perdemos el espíritu. Usando palabras, no podemos desatarnos; no usándolas, tampoco. ¡Habla rápido! ¡Habla rápido! Aclarad este principio.
El anciano Ummon decía, “leed los sutras con el ojo de los sutras”. “Estáis confusos con los sutras; los sutras con vosotros, no”.
Mi maestro Tendo Osho, sonreía antes de decir esto: “¿puede hacer el estudio del Budismo algo con los conceptos? El Gran

Camino de la verdadera transmisión de Budas y Patriarcas, es la práctica y uso del cuerpo y de la mente completos. Cuando estudiamos esto, no hay tiempo para pensar sobre el estudio. Si disponemos de un tiempo de más, podemos construir expresiones para los principiantes y estudiarlas. Sabemos que los mayores en edad, pierden la mente buscando el Camino. Por tanto no estudian el cuerpo y la mente del Dharma Budista".
El asunto importante, es tener profundo interior y habilidad para evaluar a la gente correctamente. Si esto se pierde, nunca nos veremos libres de la ilusión.
Igualmente importante es saber lo que los sutras Budistas son en el Camino Budista: buscar en las montañas y los océanos del Budismo vacía y profundamente y practicar correctamente el Camino.

Kippoji, 1243.

CAPÍTULO 48

HOSSO
"Dharmaṯa, la real naturaleza de los fenómenos"(3)
TA= naturaleza. (SHO en japonés)
Cuando estudiamos Budismo, a veces, seguimos la enseñanza de los sutras, a veces la de los maestros y otras veces aquellas caen para seguir la autoiluminación sin maestro alguno. Esto es Dharmata, la real naturaleza del mundo de los fenómenos. Incluso si poseemos este conocimiento innato, todavía es necesario visitar

(3). Nota del T.E. Fenómeno: del griego phaino "yo brillo" o "dejo ver a mi través" o "cosa que aparece" o transparencia" o "aparencia"

maestros y buscar el Camino. Si creemos haber perdido tal conocimiento innato, debemos estudiar y practicar más duramente aún. Todos poseemos el conocimiento innato. Hemos de seguir las enseñanzas de los maestros y los sutras hasta realizar la iluminación Budista.

Debemos saber que entramos en el mundo de hossho samadhi, cuando vemos los sutras o encontramos un maestro. A entrar y conseguir Dharmata samadhi se le llama conocimiento innato. Entonces conseguimos conocimiento de nuestras previas existencias.[(4)]

Aprendemos el innato conocimiento encontrándonos con él. Transmitimos correctamente una sabiduría no conseguida de un maestro sino por el encuentro con ella. Esta es la certificación de la suprema iluminación.

Cuando bebemos agua, sabemos si está fría o caliente. El fundamento del Gran Camino, no es así. Todos los Budas, Mahasattvas y seres sintientes aclaran el Gran Camino de Dharmata a través del poder del conocimiento innato. Siguiendo los sutras o los maestros y aclarando el Gran Camino de Dharmata, ocurre la iluminación de nuestro propio Dharmata. Como beber té cuando te lo ofrecen.

El Maestro Baso dijo: “Los seres sintientes, nunca han dejado el estado de Dharmata samadhi. Siempre están en él, vistiéndose, comiendo arroz, agradeciendo a sus visitantes y usando los seis órganos. Todas sus acciones son en función de dharmata”.

En otra ocasión dijo también Baso: “¿A qué llamas seres sintientes?

(4). Nota del T.E. ¿Genética?

Si les llamas seres sintientes-dharmata, ¿de dónde vienen?
Si les llamas seres sintientes-seres sintientes, significa:
“ni una sola cosa puede ser explicada”.
¡CONTESTA RÁPIDO! ¡CONTESTA RÁPIDO!

Kippoji, 1243.

CAPÍTULO 49

DHARANI

“La fórmula mística. Reverenciar”

Cuando el ojo de estudiar es claro, el ojo de la Verdadera Ley es claro. Si el ojo de la Verdadera Ley es claro, obtenemos el claro ojo del estudio. El aspecto más importante de la auténtica transmisión, se realiza a través del poder del respeto a los grandes y excelentes maestros. Este es el Gran Karma y el gran dharani. “Grandes y excelentes maestros” son los Budas y Patriarcas. Siempre debemos servirnos de ellos.

Por tanto, aquí está la explicación de que haciendo y sirviendo té, sea la actualización de la esencia de la mente y el poder espiritual que recibimos de Budas y Patriarcas también pueda ser penetrado. Esencia y poder están condensados en un dharani. Cuando respetamos y reverenciamos a los Budas y Patriarcas, tenemos que ofrecerles flores e incienso y aunque esto esté bien, mejor aun es ofrecer el dharani del samadhi. Por esto se es descendiente de los Budas y Patriarcas.

“Gran dharani” significa “la adecuada manera de reverenciar” que debe ser realizada y vista. La adecuada manera de reverenciar es ofrecer incienso y hacer postraciones. Hay un verdadero maestro de renunciación y un real maestro de la transmisión de la Ley. El

maestro de renunciación es el maestro de la auténtica transmisión y viceversa. Reverenciar a ambos maestros es el auténtico dharani del estudio. No perdamos el tiempo; veneradlos inmediatamente.

Al principio y al final de los períodos de entrenamiento, invierno, verano o cada mes, se ofrece incienso y hacen postraciones ante los verdaderos maestros (en un quemador que trae el interesado y hace una, tres o series de tres postraciones según la situación). Es un gran dharani en lugar de expresar el agradecimiento de otras maneras (sobre la admisión en la sesshin y sus frutos).

En la India al dar la frente contra el suelo muchas veces se llegaba a la sangre. Cuando recibimos las enseñanzas del maestro, hemos de hacer incontables postraciones. No tienen final; pueden ser cientos o miles a veces. Se hacen en la dirección del maestro y sus instrucciones son seguidas seriamente. No reparan en la estación o el lugar o la ocasión; cerca o a gran distancia, trabajando o comiendo o cuando se va al baño o a una montaña. Incluso separado por eones incontables, por el ir y venir de la vida y de la muerte, por iluminación o nirvana.

El maestro no las devuelve; sólo quizás gassho haga. Estas relaciones son el gran dharani, como vestir el Kesa, es difícil la oportunidad de vestirlo. Es la ropa de Sakyamuni, cuando cubrimos nuestro cuerpo con el Kesa, significa el logro del cuerpo, carne, manos, pies y cerebro de Sakyamuni Buda que transmitió el dharma, dio los preceptos y afeitó vuestra cabeza.

Kippoji, 1242.

CAPÍTULO 50

SEMMEN

“Lavándose la cara”

El Sutra del Loto establece: “Frotar el cuerpo con aceite oloroso, lavar las impurezas y ponerse ropa fresca, limpiará exterior y interior”.

La gente corriente no sabe nada acerca de como limpiar lo limpio después de quitar lo sucio. Si no queda nada, ¿cómo limpiar esa nada? Usar la nada para limpiar la nada y limpiar el cuerpo y la mente. La Verdadera Ley transmite la manera de limpiar y purificar el dentro y el fuera del cuerpo y la mente, la existencia relativa y absoluta, incluso el Universo. Cuando usamos incienso para la purificación (y hacemos postraciones) todo el Karma pasado, presente y futuro, rápidamente resulta purificado.

Cada vez que te bañes, usa incienso, lee los sutras, haz Zazen, haz Kinhin. Si vas a hacer más Zazen después del Kinhin la tradición establece que te laves los pies incluso si no pisas cosas sucias. Esta es la costumbre de Budas y Patriarcas. Hazlo así. No evalúes las purificaciones del cuerpo, mente, ropa, lugar, intelectualmente, ni con la visión ordinaria.

Hay un método establecido en el Darma de Buda: lavar el cuerpo, la mente, los pies, la cara, los ojos, los dos sitios de la eliminación, las manos, el cuenco de pedir, el Kesa, la cabeza. Este método “lavando la cara” fue transmitido de India a China. El Vinaya-pitaka trata de ello.

En el Sanzen Iigikyo, se explican las reglas para usar las toallas de cara y baño y sus distintas partes para cada sección del cuerpo. El lugar donde los monjes se lavan se llama Goka.

Se establecen las medidas y uso del mondadientes[5] y el sutra Avatamsaka para antes y después del uso.
También para cepillar la lengua. Todo en privado con suavidad y sin producir sangre.
La lista de 18 objetos necesarios para los largos períodos de tres meses de duro entrenamiento en verano e invierno, comienza con la estaquilla para limpiar y pulir los dientes. Es la primera cosa necesaria; los que comprenden esto, los que están comprometidos con el adecuado uso del mondadientes son Bodhisattvas empeñados en la aclaración del Darma Budista. Si alguien os preguntase cuál es el significado de esto, contestadle: "Afortunadamente yo vi al viejo maestro de Eiheiji usar el mondadientes".
Entre laicos y sacerdotes lo usarán uno entre diez mil, consecuentemente, ambos tienen un aliento insoportable.
Se pueden imaginar que el Gran Camino continúa declinando y eventualmente desaparezca. Un instrumento tan inferior remueve la suciedad y es signo de purificación.
Después de limpiar la boca, lavar la cara. Poner como una taza de agua en ambas manos y lavar la frente, luego los párpados, los ojos, cejas, el interior de las orejas, cabeza y finalmente los carrillos. Frotar con cuidado el agua caliente en la cara; no dejar saliva o moco gotear en el recipiente de lavarse. Ser extremadamente cuidadosos de no despilfarrar el agua caliente salpicando o desparramándola ¡debe ser conservado! Remover todo el polvo y el aceite de la cara y lavar detrás de las orejas y alrededor de los ojos, la cabeza y la coronilla. Este es el método adecuado. Después tirar el agua usada y hacer danshi de nuevo tres veces.

(5). Hechos de varias astillas de cuerno atadas por pelo de caballo. Lo mismo en distintos tamaños para el cabello, ropa y calzado.

Quién no practica el lavado de boca y cara es inapropiado para reverenciar al Buda, cantar sutras, ofrecer incienso o hacer zazen. Quien lo hace, su vida tiene una base firme y puede conseguir el corazón de los Budas y Patriarcas.

Kippoji, 1243. Eiheiji, 1250

CAPÍTULO 51

MENJU

“Transmisión directa, cara a cara”

Estaba Sakyamuni predicando a una gran asamblea reunida en el Pico de los Buitres en la India, cuando levantó una flor sin hablar ni pestañear. Entonces Mahakasyapa sonrió. Sakyamuni dijo: “Poseo el Ojo y el Tesoro de la verdadera Ley y la Serena Mente del Nirvana. Ahora yo la transmito a Mahakasyapa”.

Mahakasyapa recibió en la Transmisión de Shakyamuni, su cara, corazón, cuerpo y ojos. Cuando Sakyamuni miró en el corazón de Mahakasyapa, éste miró en el corazón de Ananda. Ananda se postró ante la cara de Buda de Mahakasyapa; ésta es la real y directa transmisión cara a cara. Ananda la preservó y pasó a Samavasa. Así sucesivamente.

Por ejemplo, el agua fluye desde muchos diferentes lugares para formar un río. De igual manera muchas ramas del Budismo fluyen hacia la Ley (Dharma). Es una herencia continuada que toma la lámpara de la transmisión eternamente encendida, diferenciándose los transmisores en la forma aunque no en la esencia.

Conocer el momento justo para la transmisión se parece al mutuo picotear del huevo que hacen la gallina y el pollito en el momento preciso.

Abierto el ojo, transmite directamente a través del ojo y recibe la Ley a través del ojo. Encontrar la transmisión directa de la cara a través del ojo. Encontrar la transmisión directa de la cara a través de la cara. La transmisión directa es el dar y el tomar de la cara. Abre la mente, transmite y recibe a través de la mente. Sin mirar el lugar o el país, se transmite de cuerpo a cuerpo. Si nunca has visto un maestro real, no puedes decir que eres un discípulo y viceversa. En todos los sentidos, maestros y discípulos deben mirar en el corazón de cada uno y transmitir la Ley, cara a cara. Ésta es la "Mente" que los Patriarcas usan para la actualización de la verdadera transmisión, que es la actualización de su propia sombra, luz, cuerpo, mente y órganos sensoriales. Incluso si los discípulos no comprenden "una palabra de enseñanza" de sus maestros, el maestro es apto para certificar su resolución de buscar el Carnino Budista en cuerpo y mente. Esto también es verdadera, directa, cara a cara, transmisión.

Hemos de apreciar esta directa, cara a cara, transmisión. Es la impronta de la mente de Buda en el corazón de sus discípulos. Un honor muy difícil de encontrar.

La directa transmisión de la gran iluminación, es la transmisión de la mente-sello. El Gran Camino de los Budas y Patriarcas, no es otra cosa que la directa, cara a cara, transmisión de maestro a discípulo que nos llena de alegría, y nos permite creer y valorar nuestro rostro original.

Yo, Dogen, hice mi primera postración ante mi maestro, el anciano Buda, Tendo, en Mayo de 1225. La directa transmisión cara a cara me fue dada. Uno, maestreó una pequeña parte de la vasta Enseñanza Budista. Logré cierto grado de abandono del cuerpo y

la mente y traigo la transmisión a Japón.

Kippoji, 1242.

CAPÍTULO 52

BUSSO

“Budas y Patriarcas”

Una manera de actualizar a los Budas y Patriarcas, es cantar sus nombres y hacer postraciones frente a ellos que poseen la verdadera forma del Dharma Budista y así poder percibir nuestro verdadero interior. Nuestro Camino se hace su Camino, practicando y actualizando sus virtudes o capacidades.

(Ahora vienen los nombres que se cantan en los Sutras. Los Budas y Patriarcas de los tres países, India y China; los de Japón comienzan con Dogen).

Kannondori-Koshohoronji, 1241.

CAPÍTULO 53

BAIGE

“El ciruelo florecido”

Mi difunto maestro Tendo, un anciano Buda, dijo a los monjes un día: “El viejo ciruelo ha soportado variadas circunstancias, incluso fríos heladores que parecían cortarle su larga vida”. Todas esas circunstancias y variados padecimientos son inseparables unos de otros, así que cuando él florece, el mundo entero florece. Cuando esta clase de ciruelo florece, todos los Budas emergen en este mundo y Bodhidharma, entra en la existencia.

También dijo mi maestro: “Cuando Sakyamuni perdió su visión ordinaria y consiguió la visión iluminada, una rama de un ciruelo

floreció en la nieve.”
El verdadero logro está en conseguir la comprensión perdida. Si no hay alegría y maestría en vuestro logro, no se trata de la Rueda del Darma que estudiamos.
También, el viejo Buda no aceptaba fácilmente discípulos en su monasterio. Si algún monje se relajaba, se hacía impreciso o perdía la mente que busca al Buda, le expulsaba del monasterio. No es necesario ayudar a monjes que no son reales buscadores, decía, sólo molestan a los demás. Yo fui muy afortunado, un extranjero, de ser no sólo aceptado como discípulo, sino de poder visitarle libremente y observar su vida diaria. Siendo yo un estúpido sin conocimiento propio, tuve mucha fortuna al encontrar, tal maestro.
Un ciruelo florecido en la nieve, es la manifestación de la flor de udumbara, que Sakyamuni levantó frente a Mahakasyapa. Tenemos la oportunidad de ver el Ojo y el Tesoro de la Verdadera Ley del Tatagata en su vida de todos los días. Muchas veces perdemos la ocasión de sonreír y mostrar nuestra comprensión. Un ciruelo florecido es la observación de “Por encima del cielo y a través de la tierra, yo soy el más honorable”. Cada cosa, es la más honorable cosa del mundo. Cuando la tierra está cubierta de nieve, todas las diferencias desaparecen.
La nieve cubre la tierra, la tierra está cubierta de nieve. Si no hay nieve, no hay tierra. Cuando la nieve cubre la tierra, esto es el ojo iluminado del venerable Sakyamuni.
Debemos saber que las flores y la tierra trascienden la vida y la muerte como el ojo iluminado.
El momento justo para comprender esto es cuando una rama de ciruelo florece en la nieve. Flores y tierra son la vida mas allá de

la vida. El mundo entero es vuestra mente, la mente de una flor.
Mi difunto maestro Tendo decía ante el año nuevo: "Felicitaciones en este nuevo año. Todas las cosas se hacen de nuevas. Postráos, que el ciruelo florecido y la primavera vienen".
Cada momento es nuevo. Esta "novedad" va más allá de la ordinaria. Por ello, los monjes examinan el fondo de sus corazones revelándoseles todas las cosas como verdaderamente son. Ver esto es vernos: el encuentro con Buda. Hoy no es nuestro día sino el día del Camino Budista.

Kippoji, 1243.

CAPÍTULO 54

SENJO

"Reglas para el lavabo"

Incluso antes de lograr la iluminación, los Budas y Patriarcas no descuidan sus prácticas de purificación. Su esencia no puede ser medida y abarca su porte, sus maneras. Esto es lograr el Camino. En el Avantamsaka Sutra está escrito "Al entrar en los lavabos ten consciencia de desprenderte de la suciedad de la codicia, el odio y la estupidez. Purifícate con agua y mantén tu voto de seguir el camino y practicar la renunciación al mundo. Cuando la suciedad haya caído, ten presentes a los seres sintientes (de sufrimiento) y trata de mantener la verdadera ecuanimidad y entonces, no quedarán suciedades e impurezas".
Originalmente ningún agua o cuerpo es puro o impuro. Todo es como esto. En el origen, ningún agua o cuerpo es animado o inanimado. Todas las cosas, incluso la enseñanza del Honrado por el mundo, son así. Por tanto, el agua no puede purificar nuestros

cuerpos. Manteniendo el Darma Budista y actuando con justas y verdaderas maneras, si purificamos cuerpo y mente.
El Cuerpo y la mente de los Budas y Patriarcas, es transmitido como nuestro propio cuerpo y mente, siendo capaces de ver y oír sus dichos.
Esta purificación actualiza incontables capacidades o virtudes, ennoblece la verdadera práctica del cuerpo y la mente y se manifiestan eternos aspectos de toda real actividad. Entonces, la esencia de la práctica del cuerpo y la mente, emerge.
Hemos de tener arregladas las uñas de las manos y de los pies con una longitud máxima de tres milímetros. Nunca de tres centímetros como los no creyentes y algunos monjes Sung que también dejaban crecer sus cabellos, como los monjes errantes.
No ser perezosos sobre lavar las manos después de ir al retrete. Si practicamos en los bosques, utilizad arena, piedras y agua para lavar los genitales y el culo. Se dan instrucciones para cambiarse la ropa interior. Dejar afuera el Kesa. Actuar sin prisa. Guardar silencio: no hablar, cantar o recitar poemas, ni hacer ruidos respiratorios, ni hacer dibujos o escritos en las paredes.
Estar seguros de no utilizar, papel usado o escrito y emplear una espátula limpia. No usar más agua de la necesaria, lavándose tres veces. Lavar lo usado y las manos con ceniza y arena. Cambiar el agua y enjuagar sin derramarla. Dejar cada cosa en su sitio. Hacer gassho y vestirse. Quemar incienso, dejar pasar el humo entre las manos y hacer postraciones.
Tener cuidado con uno mismo y purificarse, es adornar y purificar la Tierra de Buda. No predicar sólo para otros es la Ley Budista, dijo el Maestro Joshu. Si no seguís el Darma, no comprenderéis el

Karma. Nuestro cuerpo y mente son los de Buda.

Kannondori-Koshohoronji, 1242.

CAPÍTULO 55

JlPPO

“El Universo entero”

Un puño es el universo entero. El Universo entero es la Tierra de Buda, este mundo presente de los fenómenos. Cuando nuestra mente es pura (original), contiene e ilumina las diez direcciones.

Sakyamuni Buda dijo: “Yo conozco la real forma de las cosas”. Y esto es compartido por todos los Budas del Universo: es mi forma, la forma del conocimiento, la forma de los fenómenos del mundo. Ésta es la esencia de los Sutras Budistas. Los Budas y la Tierra de los Budas, no son dos cosas diferentes. No hay animados o inanimados, ilusión o iluminación, bueno, malo o neutral, puro o impuro, creación o conservación, destrucción o construcción, permanente o impermanente, existente o no existente, yo u otros. Esto está más allá de los cuatro tipos de observación (igual, diferente, existente, no-existente) o negación alguna. La Tierra de Buda es el Universo entero; el universo entero es el universo entero, nada más.

“El Universo entero” es la vida de todos los días. El lenguaje ordinario es transformado en palabras de Buda. ¿Qué tipo de humano transciende la limitada consciencia de la gente ordinaria y transforma su cuerpo y mente?

El océano habla y las montañas tienen lengua, éste es el lenguaje diario de Buda. No es necesario usar la boca y la lengua para expresar tales palabras. El universo entero no puede moverse de

aquí para allá. Es justamente “esta talidad”
La Luz de Buda, es la misma de antes de que nuestros padres nacieran. Esta luz, puede ser colocada en la palma de tu mano y ser el universo entero. Esta misma luz, es actualizada en tu presente existencia. Es por lo que podemos abrir el Recibidor de Buda y descubrir el Buda dentro de nosotros mismos y en ese momento ser liberados de nuestro limitado yo; el muro cae y por primera vez experimentamos el sentimiento de ser verdaderamente nosotros.
Esto no es lo difícil sino transcender los apegos, las ataduras. Primero ir tras la luz, luego cultivar la libertad en las actividades diarias, comer arroz, vestir el Kesa... que son las actividades de la Luz. Si alguien dudase de ella, recibiría sólo aire ¡una pena!
“El Universo entero está en medio de la Sublime Luz”. Nuestros ojos son el origen de nuestra sublime Luz. La visión clara es la Sublime Luz. Cuando nuestra visión es verdaderamente clara, incluso la Sublime Luz cae y vemos el universo entero. Sin embargo es necesario practicar Zazen y estar en un monasterio para tener conocimiento de esto.
“En el universo entero todas las cosas son ellas mismas”. El universo entero es yo-mismo, como es, yo como yo, tú como yo, yo como tú. Yo mismo es tú mismo, tu mismo es yo-mismo y el universo entero forman una unidad. Nuestra forma original, no puede ser ganada por otros. Ésta es la vida en el Camino Budista y está en la palma de nuestra mano.
El dicho de Gensha “El universo entero es una perla brillante”, es el mundo de la verdadera experiencia de los Budas y Patriarcas que él transmitió. Cuando experimentamos su vida, ella nos da la fuerza para experimentar nuestra propia iluminación.

El monje Kenpo dijo “He oído que sólo hay una entrada al nirvana” y tomando su vara hizo un círculo en el aire y afirmó “¡Ésta es!”

Kippoji, 1243.

CAPÍTULO 56

KEMBUTSU

“Viendo a Buda”

Sakyamuni Buda, dirigiéndose a una gran reunión dijo: “Si todas las formas son vistas como no formas, esto es estar viendo al Tathagata”. Esto es completa transcendencia; es por lo que podemos verle. Abrir el ojo de Buda es ver a Buda; viéndole activamente, con el ojo de Buda, es actualizar, realizar el ojo de Buda.

Cuando vemos nuestra propia forma de Buda en otros o vemos nuestra propia forma de Buda fuera del Buda, significa estar confundidos como una rama de enredadera. Es por lo que el estudio, análisis, transcendencia, actualización y posesión de ver a Buda es la observación de Buda con cara de sol, Buda con cara de luna. Es ver su cara ilimitada, cuerpo, mente, manos y ojos. La resolución de buscar el Camino, su estudio y práctica, iluminación y comprensión son inseparables de ver Buda con visión iluminada. Vibrantes, vivaces huesos y médula.

Sin embargo, nuestro mundo y el de los otros en el pasado y presente eterno, es nada salvo la práctica de ver Buda. El Camino del Tathagata es “todas las formas vistas como no formas”. Algunas confusas personas piensan que esto significa que todas las formas pierden su propia forma sin saber como ver al Tathagata. Ellos piensan que “forma” es el Tathagata mismo. Sólo las mentes estre-

chas de los necios que están atados a un sólo punto de vista estudian así. Sin embargo, el Camino Budista no es así. La verdadera función del Buda es ser capaces de observar todas las formas y no-formas. El mundo “Tatagata” es ambas: forma y no forma.
Sepamos que hay dos métodos de leer y estudiar los Sutras: Estudiar viendo a Buda y estudiar no viendo a Buda. Si no estudiáis estos dos métodos claramente, no podréis afirmar haber completado el ojo del estudio y por tanto no podéis ver al Buda. Ver al Buda tiene dos partes: “Todas las formas son todas las formas” y “Todas las no-formas son todas las formas”. Si decimos “no-formas” somos como el maestro Nansen que dijo: “Yo no poseo la Ley Budista”. No viendo “todas las formas son todas las formas” y no viendo “las no-formas como no-formas”, son otros dos aspectos del ver al Buda. Si estudiáis claramente ambos aspectos, seréis capaces de comprender la Ley Budista.
Sobre el gran asunto, hay otro importante aspecto: si tenemos experiencia de Shoho Jisso, que es el verdadero estado de todos los elementos, vemos al Tathagata.
Practicando y logrando el camino con un Maestro del Dharma, puede ocurrir lo que al segundo Patriarca con Bodhidarma, obtener su médula después de ocho años. Nangaku empleó quince. Éste es el verdadero estudio con un maestro. El Camino de un Bodhisattva es ser él mismo como él mismo, los otros como los otros. Entonces podemos experimentar ahora la formación de la vida de los Budas y Patriarcas en nosotros mismos. Ésta es la experiencia directa y la total comprensión. Todo real logro viene así.
Estudiar con un Maestro, no consiste sólo en seguirle, sino también en estudiar los maestros del pasado. Cuando realizamos esta

actitud, llega el tiempo de ver al Buda, de encontrarse con ilimitados Budas que actualizan y realizan una completa y libre actividad. Todo está sin forzar, sin prisas. Estudiar con un verdadero maestro es ver a Buda.
Shakyamuni Buda dijo a una gran asamblea que había logrado la iluminación: "Entrad en el samadhi profundo y ved a los Budas de las diez direcciones". Éste lo abarca todo, nada es excluido. Este estado (de consciencia) transciende el tiempo y las ideas de oposición desaparecen. Si no tenemos miedo al dragón real, no dudaremos o abandonaremos la real verdad cuando vemos Buda. Viendo Buda tras Buda vamos de Samadi en Samadi. Es difícil para la gente común atrapar esto y no ha sido transmitido hasta el presente por inútiles. Cada paso transmitido del Camino es fruto de la práctica.
Sakiamuni Buda dijo al Bodhisattva Samantabadra "cualquiera que reciba, tome, lea, cante, memorice, practique y copie este Sutra del Loto, es apto para verme y escuchar el sutra directamente de mi boca". El que copia, por ejemplo, puede escuchar la voz de Buda. La virtud está ya en cada uno de los sentidos y las acciones de cada día; también poseen ese potencial de ver Buda. Sakiamuni dijo al respecto que también los laicos pueden ver el conflictivo mundo en el que viven y cambiarlo en un mundo de paz y brillantes colores. Si tienen profunda fe en la vida eterna del Tathagata, pueden nacer a este mundo y ayudar a los seres sintientes.
Abrir el ojo de la fe profunda, poseerle y creer, es ver Buda.
Creer que "este mundo está lleno de brillantes colores" es, verdaderamente,"creer".
Cuerpo y mente son así, eterna y transitoria vida. No guardar

resentimientos y dedicar la vida al Camino, es la adecuada manera de entender lo de ver al Buda con todo nuestro corazón. No es un simple o común deseo, sino que se trata del corazón que busca a Buda.
Sakiamuni Buda dijo: “cualquiera que practique todas las virtudes y sea tolerante, apacible, recto y estable puede ver mi cuerpo”. (Todas las virtudes significa mancharse con los sucios o mojarse con los que se ahogan. Ver Buda es actualizarse desde el lado de Buda, no desde el lado propio y subjetivo. Ver Buda es tres postraciones, un gassho, los votos, la sonrisa, liberación y unificación y sentarse en el zafu.

Monte Zenjiho, 1243.

CAPÍTULO 57

HENZAN

“Estudiar directamente con un maestro” (Recibir instrucciones)

La primera vez que Eno encontró a Nangaku su maestro, tuvo Henzan: “recibió sus instrucciones” y “No se puede lograr con palabras”. Estas dos sentencias abren la puerta al encuentro con Budas y Patriarcas. Tampoco yendo y viniendo se logra Henzan. Percibir el rostro original del maestro es Henzan. Arrancar el ojo iluminado de Bodhidarma es Henzan. Si no transcendemos el mundo de los cuatro océanos y los seis lagos (el mundo de la discriminación) no tendremos Henzan. Si perdemos el camino, damos pasos en falso, perdemos Henzan.
Henzan significa “una piedra grande es grande, una pequeña piedra, es pequeña”. No hay más. Ser capaces de seguir una palabra o media palabra de un maestro, es aclararnos nosotros mismos.

Éste es el ilimitado desapego de Henzan.
Gensha y Sakiamuni se encontraron y recibieron mutuo Henzan. Uno se encuentra con uno mismo viéndose; es el principio de Henzan. Si no emerge este principio; no podemos vernos ni tampoco ver a los demás. Por tanto, no poseemos la iluminación y no podemos guiar a otros. Henzan es shikantaza, sentados con una sola mente y muriendo cuerpo y mente. Una calabaza da Henzan a otra calabaza.

Ermita Hotori. Monte Zenjiho, 1243.

CAPÍTULO 58

GANZEI

“Visión iluminada”

Un día, cuando mi fallecido maestro Tendo, un anciano Buda, estuvo en Zuiganji, entró en la Sala del Darma y dijo a los monjes: “la brisa de otoño es pura y fresca. La luna de otoño clara y brillante. Con visión iluminada, podemos ver la real forma de la Gran tierra, montañas y dos. Mi visón se ha renovado. El golpe de la vara y el grito de “¡Katsu!” están todavía tan vivos como os percibo a cada uno”. Investigar y percibir a cada uno significa comprobar la visión de los antiguos Budas. Esto es tenkatsu, renovar la visión. Tal manifestación interior y actividad, es visión iluminada. La real forma de las montañas, ríos y tierra enraiza en la visión iluminada y existe desde siempre. Son vividas más allá de tiempo (condicionado). Esto es como decir trabajando todos, participando de la vida del Monasterio (o el templo o el dojo), practicando, estudiando, buscando la visión iluminada. Así la ilusión es aplastada y la visión iluminada, comienza a vivir. La expresión de Ungan, su esencia, un fuerte grito,

es que la visión iluminada busca a la visión iluminada, el agua busca al agua, montarlas siguen montañas. Cosas diferentes trabajan recíprocamente. Las cosas parecidas viven juntas.

Para penetrar en el aspecto más profundo de nuestro estudio, hemos de saltar dentro de la visión iluminada a través de la firme resolución, la práctica y la gran iluminación. Esta visión iluminada no es nuestra o de otros, por tanto no contiene obstáculos ni ataduras.

Un antiguo Buda, Roya Ekaku dijo: “¡Que maravilla!, los Budas de todas partes tienen flores en los ojos”. Nos movemos hacia delante o hacia atrás, practicando Zazen o durmiendo, todo son funciones de la visión iluminada sin atadura ni aferramiento.

“Lograr la iluminación viendo la estrella de la mañana”, parece ocurrir demasiado rápidamente.

Ya que antes (Buda había perdido completamente su visión iluminada), era como si otra persona le dijera que estaba iluminado. Estaba lleno de perplejidad, sobrepasado. La iluminación no aparece sólo cuando queremos; es independiente de otros logros del Camino.

Una vez mi desaparecido maestro, un anciano Buda, dijo: “cuando Sakiamuni perdió su visión ordinaria y logró la visión iluminada, una rama de ciruelo floreció en la nieve. Ahora, han aparecido pequeñas ramas y preciosas flores que ríen al viento primaveral”. La visión iluminada de Buda no fue provisional. ¿Qué clase de visión perdió? ¿Es que hay alguna clase de visión iluminada que pueda ser perdida? La rama florecida en la nieve fue la visión iluminada de Sakiamuni.

Mi maestro decía “la práctica esforzada de Sakiamuni, era como una lluvia continuada día tras día pero su iluminación fue como un

hermoso y claro día. De igual forma, rama y tormenta, cantan. Los Budas del pasado viven en el presente. No hay pasado; a esto llamamos “antiguo Buda” y “visión de diamante”.

Zenjiho, 1242.

CAPÍTULO 59

KAJO

“La vida de todos los días de Budas y Patriarcas”.

El Camino de los Budas y Patriarcas es beber té y comer arroz, es su tradición familiar. La adecuada manera de beber té y comer arroz ha sido pasado de mano en mano continuamente hasta hoy. Así es como se ha practicado su uso por Budas y Patriarcas.

Una vez Fuyo Dokai preguntó a su maestro Tosu: “¿Podemos decir que las actividades diarias de los Budas y Patriarcas de beber té y comer arroz son su esencia? ¿Hay algo más detrás de esto? Toshu replicó “Déjame preguntarte algo: ¿piensas que es necesario para los señores feudales de Wo, To, Gyo y Shun, buscar poder si el mando imperial está por todo el país? Fuyo iba a contestar, cuando Tosu puso su espantamoscas (hossu) en la boca de Fuyo y dijo “¡tú has recibido treinta palos la primera vez que viniste a preguntarme!” Fuyo se iluminó oyendo esto, se inclinó y se disponía a marchar cuando Tosu gritó: “¡Hey, ven aquí!”, pero Euyo no miró atrás. Más tarde Tosu le preguntó: “¿Has conseguido el estado en el que ya no hay más dudas?” Fuyo tapó sus oídos y se fue.

Metéos en la cabeza que Budas y Patriarcas se expresan a sí mismos realmente en las actividades cotidianas de su vida como siempre pensaron. No hay un camino Budista detrás o más allá de esto. No debemos pedir prestado el poder de Budas y Patriarcas.

Si tenemos clara la cuestión de Fuyo y Tosu, hemos de transcenderla y también aclarar la cuestión del sentido de la transcendencia.

El Gran Maestro Sekito Kisen, dijo una vez "Vivo en una ermita que no contiene nada de valor; después de comer, si siento sueño echo una siesta". El ir y venir del Camino y "después de comer" indica qué consideran Budas y Patriarcas que es su esencia: beber té y comer arroz.

Si tú no comes arroz ni bebes el té de los Budas y Patriarcas, nada te dejará satisfecho. "Después de comer" es actualizado antes, durante y después de la comida. No penséis que no hay "beber té o comer arroz" después de haber comido. Éste es el completo significado del estudio.

Mi último maestro Nyojo, un día contó a una asamblea de monjes, "Hay un antiguo Koan: una vez un monje preguntó al maestro Zen Hyakujo, "¿Cuál es la cosa más importante en el mundo? Hyakujo repondió "Estar sentado solo en esta montaña". No debe extrañarnos la respuesta pero debemos esforzarnos en sobrepasarla cuando estamos sentados. Si alguien me preguntase lo mismo, diría "Nada" u "ofrecer mi cuenco de mendicante y usarle para comer arroz". Saltar al nivel (de consciencia) de Hyakujo es también el asunto más importante. Cuando nos damos cuenta de que todas nuestras acciones tienen el mismo valor que comer arroz, habremos encontrado la cosa más importante.

Mi maestro, un día, dijo a una asamblea: "cuando tengas hambre, come, cuando estés cansado, duerme; haz que tu corazón dispare llamas hacia el cielo".

"Hambre", significa las actividades diarias de los Budas y Patriarcas, beber té y comer arroz. Somos dueños de comer arroz. "Can-

sado", significa total agotamiento. No se ha dejado nada por hacer y el cuerpo y la mente están unificados. Entonces todo cansancio desaparece y todas vuestras acciones son realizadas perfectamente, dormís. Cuando dormís así, dormir es el ojo de Buda, del Dharma de la sabiduría, de los Patriacas, como el ojo de una columna de piedra.
El maestro Nyojo lo transmitía diciendo "comiendo y meditando" o "sentado y resonando la tormenta". Vestir un Kesa y comer arroz, es el único Camino Budista. Por eso Nyojo se postraba ante los monjes. Ambos comían el mismo arroz. En este nivel, incluso el crecimiento de las flores es innecesario.
El Maestro Zen Enchi, se dirigió a los monjes como sigue: "He vivido con el Maestro Issan unos treinta años. No he hecho más que comer arroz e ir de vientre. De él sólo he aprendido eso. Lo único que he logrado es domesticar un búfalo de agua. Pero sigue a quien le llame. Ahora, ha cambiado por una búfala. Sin embargo si insisto, vuelve".

Al pie de las montañas de Echizen, 1243.

CAPÍTULO 60

SANJUSHICHIHON-BODAI-BUMPO

"Las treinta y siete condiciones favorables para la iluminación "

La ida hacia la iluminación y la vuelta al mundo para ayudar a los seres sintientes, están unidas, siendo el nudo de un viejo Koan respecto a la actualización de todos los Budas y Patriarcas en las 37 condiciones.
Hay cuatro tipos de meditación que eliminan falsas opiniones.
1- La observación de que el cuerpo es impuro.

2- La observación de que la percepción dirige el sufrimiento.
3- La observación de que la mente es impermanente.
4- La observación de que todas las cosas están vacías de sí.
“La observación de que el cuerpo es impuro” consiste en observar que es un saco de piel que abarca todo el Universo y que al convertirse en verdadero cuerpo transciende lo puro y lo impuro. Esto se consigue por el desapego. Observando el cuerpo quiere decir “el cuerpo observando”, no observando otra cosa. Cuando el cuerpo observa, es actualizado, “la mente que observa” es incluida y no puede ser actualizada. Esta observación es un samadhi que elimina las ilusiones.
Que “la percepción dirige el sufrimiento” significa que el sufrimiento es percepción. Ambos van juntos en nuestro cuerpo viviente y para comprenderlo, hemos de investigar más allá.
“La observación de que la mente es impermanente” es expresado por Sokei (Eno), el viejo Buda, diciendo: “La naturaleza de Buda es impermanente”.
Todo está vacío, decía Joka, ésta es la Gran Iluminación Perfecta. Si la mente no tiene esta observación hecha, cae en la subjetividad. Si hay mente, debe haber también esta observación.
La actualización de la suprema y total iluminación, es la impermanencia y la observación de la mente. La impermanencia, es observación misma, “observación de que todas las cosas están vacías en sí”. Las cosas cortas son cortas y las largas largas en sí mismas. Existen la actualización y la función y sin embargo es “no ellas”.
Según esto, los Darmas son no Darmas. Si atrapamos esto podemos conseguir la libertad desde la perplejidad y la duda.
Hay cuatro rectos esfuerzos:

1- Prevenir los males futuros desde el origen.
2- Destruir el mal presente.
3- Aumentar el bien presente.
4- Producir méritos.

“Prevenir el mal futuro desde el origen”. Si es posible cierta confusión entre los tres aspectos del tiempo, lo mismo ocurrirá con el Dharma e igualmente con la realidad y con “sólo Buda transmite Buda”. No decimos que el futuro comience después del presente. Por tanto no se le puede llamar mal futuro, sino extinguido. Simulando completamente lo malo, el mundo es futuro-mal que todavía no ha surgido. “No originado” significa que ayer será final pero hoy, no.

“Destruir el mal presente”. Presente significa, toda la vida en el presente. Esta vida, no obstruye nada, transciende lo malo. Consideremos la historia de Devadatta que caído en el infierno de la desgracia y viviendo aún, predijo que llegaría a lograr la budeidad algún día. Una persona viviente, puede llegar a convertirse en un burro o en un Buda. Hemos de encontrar la esencia de este principio: la destrucción, debe ser destruida y no hay nada más abandonado que la destrucción.

“Producir mérito”, es realizar nuestro rostro original que existía antes de que nuestros padres nacieran. La real naturaleza de los seres humanos aparece desde un tiempo ilimitado.

“Para aumentar lo presente bueno”, no debemos confundirlo con producir mérito (virtud, esfuerzo, potencial). Recordad que dice “aumentar”. Sakiamuni, en palabras del maestro Baso, practicó treinta años y nunca perdió el arroz o la sal (su mérito creció).

Hay cuatro pasos de poder natural:

1- Resolución.

2- Sin mente.
3- Diligencia.
4- Profundo análisis.
“Resolución” es la determinación de convertirse en el cuerpo y la mente de Buda y despertar del sueño de la ilusión. El limitado yo, hace una postración al Gran Yo. No es describir el cuerpo y la mente por el Karma.
“Sin mente” es todas las mentes; piedras, ríos, los tres mundos, un bambú. Revela su función y también posee la mente de los Budas y Patriarcas.
“Diligencia”, es un paso más del final de una pértiga de cien pies. Progreso continuo. No detenerse. Avanzar, retroceder.
“Análisis profundo” es la comprensión liberada de que Budas y Patriarcas no van a sitio alguno. Es un análisis del cuerpo, la mente, la consciencia, las sandalias de paja y del ser que existe antes del tiempo. Es la base del poder espiritual.
Sakyamuni Buda dijo: “Sin haber dado un solo paso ya hemos llegado a nuestro destino”.
Hay cinco facultades guiando nuestra conducta:
1- Fe o creencia.
2- Diligencia.
3- Pensamiento.
4- Concentración o samadhi.
5- Sabiduría.
La “fe” o la “creencia” no depende de nosotros ni de otros. Tampoco puede ser creada por nosotros ni forzada por otros. Ya que no puede ser desarrollada, basada en nuestro propio credo, es la transmisión escondida del este y del oeste. Fe es la fe del total cuerpo mente. Seguramente la budeidad conlleva ese fruto en sí

misma y los demás. Si el fruto no nace, nunca será actualizado. Consecuentemente se dice, “El Darma Budista, es como el Gran Océano y sólo se puede atrapar a través de la fe”. Cuando la fe existe, los Budas y Patriarcas se actualizan.

“Diligencia” es Shikantaza, “sentados en Zazen con una sola mente”. Significa que si queremos parar o descansar, no podemos hacerlo. No podemos porque continúa y continúa. Esta facultad transciende la diligencia y la dejadez y no está limitada por ningún tiempo especial.

Sakiamuni Buda dijo: “Practico la diligencia continuamente y por esto conseguí la Iluminación suprema y perfecta”.

“Pensamiento” es el cuerpo de un árbol marchito. El “cuerpo” de un árbol marchito significa que un marchito cuerpo, es “pensamiento”. Por ejemplo, el cuerpo físico de un árbol marchito posee la vida de Buda. Pensamiento son las reflexiones de uno. Hay un pensamiento en el cuerpo físico y pensamiento en la no-mente; hay pensamientos en la mente existente y en el cuerpo no-existente. La vida del cuerpo completo del universo es pensamiento. La vida de todos los Budas es también pensamiento.

Un pensamiento, gentes incontables, una persona, muchos pensamientos. Sin embargo hay gente con pensamientos y sin ellos. La gente, no necesariamente posee pensamiento y éste no siempre depende de seres humanos. Así todo, esta facultad tiene gran mérito.

“Samadhi” tiene dos aspectos: el de Sekishubimo (el jijuyu zanmai o samadi de la autorrealización) y sakkibimo para animar el samadhi de los demás, que es el tajiyu zanmai. En otras palabras “el karma nunca se detiene” y “el karma, cesa”. A veces nos convertimos en burro, a veces en caballo. Una pieza de jade puede ser

rodeada de piedras pero todas estas piedras, no son jade. La tierra contiene muchas montañas, pero la tierra no es sólo montañas. Finalmente hemos de transcender todas las oposiciones y armonizarlas.

"Sabiduría" no es completamente comprendida por todos los Budas de los tres mundos, sin embargo los tejones y los bueyes blancos poseen este conocimiento.

La Sabiduría no puede ser explicada con palabras. Es como la respiración a través de los orificios de la nariz o los dedos de un puño. Cuando un burro mira dentro de un pozo, el burro ve al burro, el pozo ve al pozo; están unificados inseparablemente.

Hay cinco poderes de la cinco facultades:

1- El poder de la fe.

2- El poder de la diligencia.

3- El poder de la concentración o samadhi.

4- El poder del pensamiento.

5- El poder de la sabiduría.

"El poder de la fe", es una fuerza que está detrás de "siete veces caído, ocho veces levantado". La transmisión de la Ley, el Kesa, se cumplen a través de la fe.

"El poder de la diligencia", consiste en explicar o enseñar con explicaciones cuando no podemos enseñar con acciones y enseñar con acciones lo que no podemos explicar.

"El poder del pensamiento" es la nariz aplastada por su maestro. De hecho la nariz del maestro recibe un tirón. Si captas esto, aún mereces 30 palos.

"El poder del samadhi" es como un niño agarrado a su madre, la madre agarra al niño, el niño agarra al niño, la madre agarra a la madre.

Sin embargo la cabeza no puede llamar a la cara, el dinero no puede comprar dinero. Como una canción subiendo contínuamente de volumen y haciéndose más vivaz.
“El poder de la sabiduría” viene de la profundidad del pasado. Es como tener una barca para cruzar a la otra orilla. “Tenemos una barca cuando la necesitamos”, es un antiguo proverbio. Es absolutamente necesario tener una cuando llega el momento. “Barca” significa sobrepasar todos los obstáculos cruzando al otro lado. Este poder, gradualmente, funde el hielo primaveral.
Hay siete caminos para la iluminación:
1- La Discriminación, de lo verdadero de lo falso.
2- Diligencia.
3- Alegría.
4- Paz espiritual.
5- Ecuanimidad.
6- Concentración, meditación.
7- Mente vacía.
Si cometemos el más pequeño error en la “discriminación de lo verdadero de lo falso”, creamos un abismo entre el cielo y la tierra. La discriminación, no es ni fácil ni difícil, hemos de investigarla cuidadosamente y con extraordinaria atención.
“Diligencia”, significa no ser como esos comerciantes que quieren algo por nada. Debemos conocer el valor y el precio.
“Alegría”, es que te llegue al corazón lo concerniente a los demás.
“Paz espiritual” significa apartarse de nosotros mismos cuando pensamos en nuestra propia naturaleza y apartarse también de los demás. Ponemos la vida en la diversidad y nos quedamos en un estado de paz espiritual.
“Ecuanimidad” es el dicho de Tozan “Si hay problema con lo que

yo digo; no lo aceptes”. Busca.
“Samadhi” es intuición. Usa tus propios agujeros de la nariz, no otros.
“Mente vacía” es como estar paseando entre el aire alrededor de un pilar de la sala de Buda. La boca se parece a los tacos que se usan en los monasterios para anunciar los acontecimientos y prácticas. Y los ojos convertidos en cejas.
Función sin función.
El Óctuple Sendero consiste en:
1- Recta visión.
2- Recto pensamiento.
3- Recta palabra.
4- Recta acción.
5-Recto vivir.
6- Recto esfuerzo.
7- Recta mente vacía.
8- Recto samadhi.
“Recta visión” es visión en medio de la iluminación del cuerpo entero. Es por lo que debemos poseer el ojo que existe antes de que nuestro cuerpo naciera. Esta visión ve todas las cosas como son en su verdadera forma, la actualización de la iluminación. Compartimos esta visión con los Budas y Patriarcas.
“Recto pensamiento”, cuando le tenemos, todos los Budas se actualizan. Cuando tenemos Recto pensamiento no es nuestro ni de otros. Así, todo ocurre en el presente.
Es el mismo que el de Sakiamuni. Un viejo Buda dijo: “Pensar, no-pensando”. ¿Cómo? Usando el no-pensamiento. Esto es recto pensamiento. Sentados en el cojín desgastado, es también recto pensamiento.

“Recta palabra” es como un mudo pensando que no es mudo. “Todas las bocas están en los muros”. Esto es el silencio del Zazen, la actualización de la recta palabra.

“Recta acción” es practicar el Camino después de haber renunciado al mundo; consiguiendo la iluminación después de entrar en el monasterio.

Hay varias clases de monjes: Budas monjes, Bodhisattvas monjes, Sravaka monjes,... etc. Si tú no has renunciado todavía al mundo, nunca serás apto para heredar y transmitir la recta acción y Gran Camino del Dharma Budista. En orden a maestrear el Camino, es absolutamente necesario renunciar al mundo y convertirse en monje. Si uno pierde la determinación a renunciar al mundo ¿cómo puede esperar heredar el Camino Budista?

Vimalakirty y otros laicos, nunca comieron el real pastel de arroz, la auténtica enseñanza, la búsqueda del Camino de Buda Tatagata, renuncia del mundo, práctica del Camino y la transmisión de la enseñanza de Budas y Patriarcas. No atendamos a las palabras de los falsos maestros. Ellos no conocen el cuerpo y la mente de Buda. Esto es porque sólo un monje tiene la sabiduría, iluminación y práctica del Camino como la base de su vida. Un laico puede acumular bondad y virtud. Y no obstante perder la raíz de la virtud en cuerpo y mente.

La casa de un laico no es un dojo donde se pueda estudiar el Camino. Hay demasiados obstáculos.

Cuando se posee el Darma Budista en nuestros cuerpos y mentes no hay retorno a ser laicos. Todos los Budas y Patriarcas han experimentado esto.

Pensar que no es necesario renunciar al mundo es un signo más grave que los cinco signos de muerte.

La vida es corta y no tenemos tiempo para gastar con malas bestias. Así, toda esa gente ha recibido la semilla que les hace sensibles al Darma Budista y tienen su lugar en el esquema del mundo Budista.
Debemos saber que la verdadera transmisión de la Verdadera Ley no es otra cosa que la virtud contenida en la renuncia al mundo.
Las acciones de uno que ha renunciado al mundo y logrado ese rango son “Recta acción”.
Shakiamuni Buda dijo, “Renunciando al mundo y recibiendo los preceptos esto es la semilla de la Budeidad; estas gentes son ordenadas monjes”.
Ordenación pues, es lo mismo que renunciación: quien no lo hace, anda flotando por la vida. Incluso un monje que rompa los preceptos y no practique, aún puede lograr el Camino, cosa que un laico no puede hacer. Si alguien ve u oye el Darma Budista, rápidamente renuncia al mundo. El cuerpo y la mente del laico se convierten en el cuerpo y la mente de Budas y Patriarcas. Sino, ¿cómo es posible encontrar el real significado de estudiar el silencio con el silencio? Ellos nada saben de esto. Debemos estudiar en detalle si en el Camino Budista hay o no acción y contemplación y cuáles son sus relaciones. Probablemente no hay más de dos o tres que estudian el Gran Camino en la China de los Sung.
“Recta acción” es el trabajo de un monje. Practicar en el monasterio, hacer postraciones en la sala de Buda, lavarse la cara, hacer gassho, doblarse, ofrecer incienso, hervir agua.
“Recto vivir” es comer gachas de arroz por la mañana y almorzar al mediodía. Ésta es la forja espiritual en el monasterio, sentarse y recibir instrucciones. El viejo maestro Joshu tuvo menos de veinte dicípulos porque actualizaba el recto vivir. Yakusan menos de



SOKO DAIDO EN EL PATIO INTERIOR DE KOSHOJI.
JAPÓN, 1984
Monasterio de Koshohorinji

diez y Fumyo sólo siete u ocho. Ésta es la sangre de la vida y la base del recto vivir, separados de las malas acciones.
“Recto esfuerzo” es practicar con el cuerpo entero. Esta práctica golpea a la gente en plena cara.
“Recta mente vacía” es ochenta o noventa por cien decepción. Es un error pensar que la sabiduría, se desarrolla desde la mente vacía. Es como un muchacho necio que abandonase a su padre. La sabiduría que se desarrolla en medio de la mente vacía es liberación interior, desatarse por dentro. La gente que sostiene que no-mente vacía es verdadera mente vacía se equivoca. Más aún, no pensar que el espíritu de la tierra, agua, fuego, viento es mente vacía, ni que ésta es una clase de consciencia invertida. “Tú posees mi piel, mi carne, mis huesos y médula”, es Recta mente vacía.
“Recto Samadhi” es el morir de los Budas y Patriarcas, tener la habilidad de cortar la cabeza y dejar completamente libre la actividad. Así y todo, la iluminación, es la actualización de miles de condiciones. Practica Zazen continuamente y deja caer o morir o desaparecer cuerpo y mente.

Kippoji, 1243.

CAPÍTULO 61

RYUGIN

“El rugido del dragón”

Un día, el Gran Maestro Jisai fue preguntado por un monje, “¿Puede un viejo árbol seco rugir como un dragón o no? El Maestro replicó “En mi Camino Budista hasta las calaveras proclaman la Gran Ley”.
Los no creyentes dicen que un viejo árbol seco es justamente un

viejo árbol seco y cenizas son cenizas. Hay una gran diferencia entre las opiniones de los no-creyentes y los creyentes en los Budas y Patriarcas. Los no-creyentes discuten el concepto de árbol seco pero no saben realmente de qué se trata. Mucho menos pueden comprender el rugido de un dragón. Los no-creyentes piensan que un árbol seco es un árbol muerto que no tendrá hojas la siguiente primavera.

Budas y Patriarcas lo entienden así: “Si el océano se secara, no encontraríamos el fondo”. “Secarse el océano” es lo mismo que “secarse el árbol”. “Seco” es la continuidad del árbol. Todos los árboles en las montañas, océanos y cielos, están “secos”. Tener nuevos brotes en los árboles, es estar “secos”, como oír el rugido del dragón. Incluso un enorme árbol es, el desarrollo de un árbol “seco”. La forma, naturaleza, carácter y fuerza de un árbol seco es el “seco post” del Camino Budista. El símbolo del total desapego, del no dualismo.

Sequito dijo “puesto que hay raíz, las hojas aparecen”. Esto es los Budas y Patriarcas. La más interior raíz y la más exterior hoja, están en la raíz de la verdad. Debemos estudiar esto.

Cuando el monje hizo su pregunta, era la primera vez que deseaba agarrar la verdad, que le fuera revelada. La respuesta de Tosu “Hasta una calavera proclama la Gran Ley”; resume todas las cosas sobre el Camino Budista y afirma la cuestión del monje. La actitud de Tosu fue la real actitud Budista: antes lo “saludable” para otros fue nuestra propia iluminación; ésta es la calavera y el rugido del dragón.

Una vez un monje preguntó al gran maestro Ryuto: “¿Cuál es el Camino Budista?” El maestro contestó: “el rugido del dragón en el árbol seco”. El monje no entendió y el maestro dijo “Esto es el

brillo de los ojos de la calavera”.
Preguntaron al Gran Maestro Sekiso: “¿Cuál es el rugir del dragón en un árbol muerto?” “Tú retienes la mente que busca placer”, le dijo el maestro. El monje preguntó de nuevo “¿qué es el brillo de los ojos de una calavera?” El maestro dijo “Aún retienes y estas apegado a esta consciencia”.
Y al maestro Sozan le preguntaron “si había palabras que pudieran describir adecuadamente el rugido del dragón”. Y el maestro replicó “yo no entiendo el significado de mis propias palabras”.
Todos estos diálogos se usan como formas diferentes de conversación, no ordinaria, como un rugido de dragón desde la voz humana. En medio del “árbol seco” o de la “calavera”, no estamos comprometidos con un tipo de discriminación interior o exterior, propia o ajena. Ella atraviesa pasado y presente haciéndolos permeables.
Cuando Sekiso le dijo al monje que retenía una mente que buscaba placer, estaba tratando de enseñar al monje una forma más completa del rugir del dragón. Y la segunda respuesta “ aún retienes la misma consciencia”, intentaba darle el sabor de la liberación. Dejésenos considerar que aunque nadie haya oído el rugido del dragón cuando el rugido del dragón ocurra, es cuando todo el mundo lo oiga.
Todos sabemos que el rugido de un dragón es un sonido producido en la mente respirando por la nariz. Sozan no lo expresa con palabras pero actualmente su propia voz es la del dragón. El monje no comprendió esto y malgastó su vida. Una lástima.
Los diálogos de Kyogen, Sekiso y Sozan sobre el rugido del dragón, son como coleccionar nubes o pintar aguas. Decir o no decir, el brillo de los ojos de la calavera,... son los diferentes sonidos del dragón, como el croar de una rana o el ruido de una lom-

briz de tierra, la incesante vida de Budas y Patriarcas. Esta gran corriente, es como transferir agua de una calabaza a otra intentando secar el océano. Una columna de piedra resulta embarazada y una linterna de piedra es presentada a otra linterna de piedra.

Eiheiji, Echizen, 1243.

CAPÍTULO 62

SOSHISEIRAII

"Por qué el primer Patriarca vino del Oeste"

Un día el Gran Maestro Kyogen, que estaba en la transmisión del maestro Zen Dai-e, dio el siguiente discurso ante una asamblea de monjes:

"Una vez, un hombre estaba colgado de la rama de un árbol con la boca. El árbol estaba a mil pies en lo alto de un desfiladero y el hombre no podía agarrarse a rama alguna con sus piernas ni alcanzaba al árbol con los pies. Un monje que estaba debajo del árbol le preguntó - ¿Por qué vino el primer Patriarca desde el oeste? Si el hombre contestaba provocaría su muerte. Si no lo hacía soslayaba su deber. ¡Por todos los monjes! ¿Qué contestaríais en su caso? Un monje llamado Kotosho, salió de entre los de la asamblea y dijo- Yo no quiero preguntarte sobre el momento en el que estaba colgado del árbol; ¡por favor cuéntanos la situación anterior a que él estuviera allí!"

Entonces Kyogen dio una gran carcajada.

Hay muchas interpretaciones y explicaciones a este Koan pero pocos le han entendido correctamente. La mayor parte de la gente anda a tientas en la oscuridad. Si miramos este Koan con una mente "no-pensante " que es una mente que va más allá de la comprensión ordi-

naria, una mente desapegada, podemos conseguir el mismo tipo de real y libre samadhi que Kyogen. Y si nos sentamos en zazen como Kyogen podemos atrapar el significado de este Koan incluso antes de que él hablase. Por tanto podemos usar ambos, la interioridad de Kyogen y el Ojo y el Tesoro de la Verdadera Ley de Sakiamuni para ayudarnos a entender por qué Bodhidarma vino del oeste.

Aclaremos el significado del Koan de Kyogen.

¿Qué significa "hombre"? No una columna, ni un poste de madera o cosas así. El rostro del hombre es el de la sonrisa de Budas y Patriarcas. El que distintamente conoce su propia forma de la forma de los demás. El, se está encaramando al extremo de un árbol, no a la copa del universo o al tope de un bambú de 1.000 pies. El desfiladero tiene 1.000 pies de profundidad. Tanto si cae como si no, siempre hay 1.000 pies de profundidad. Pero "1.000 pies tiene un muy especial significado. Podemos decir que el hombre trepa 1.000 pies hacia arriba o trepa 1.000 pies hacia abajo. Hay 1.000 pies a ambos lados, derecha e izquierda. Podemos decir que "todas las cosas están a "1.000 pies"; el hombre, el árbol, el desfiladero... Ésta es la medida de un viejo espejo, un hogar, o una stupa. (1.000 indica ilimitación e infinito, es la medida de la verdad de todas las cosas).

"Colgando de la rama de un árbol por la boca". ¿Qué es esta "boca"? Si no somos capaces de reconocer la función de esta "boca", habremos de buscar con fuerza su verdadera definición. Un viejo dicho es "buscar por las ramas y remover las hojas". Ir directamente a la esencia es el camino para descubrir el real significado de "boca". Debe ser este el foco de nuestro estudio ya que la vida del hombre depende de su boca y viceversa.

Mientras él está colgando de la rama del árbol, no hay más que los

pies que son sus pies. El árbol, la rama, los pies y las piernas cuelgan ellas mismas (podemos verlo subjetivamente y objetivamente pero siempre interdependientemente). Se puede pensar que está colgando en el espacio pero realmente está colgando en el "vacío" y esto está lejos de ser mejor que un simple colgar de un árbol (en estado de relatividad).

¿Por qué el primer Patriarca vino del oeste? preguntó el monje debajo del árbol. Fue como si el mismo árbol preguntase sobre la cuestión. Aquí, el árbol, el hombre y la cuestión son lo mismo. Todo es igual. Ambos, el que pregunta y lo preguntado, tienen igual significado. Arbol pregunta árbol, hombre pregunta hombre, Bodhidharma pregunta Bodhidharma.

El monje de abajo debe preguntar el asunto como si su vida dependiese de la respuesta. Éste es el espíritu que debemos tener. "Si las respuestas caen sobre su muerte", ¿qué significan? Sabemos que es posible dar una respuesta sin abrir la boca. Sin embargo tanto si abre la boca como si no, no se olvida que está colgando de una rama. Ya que la función de la boca no depende de abrir, cerrar, hablar o estar en silencio, entonces, colgando de una rama es también independencia de estas acciones.

Abrir y cerrar es lo normal, las acciones diarias de la boca dicen que "colgando de una rama" es el último estado de abrir o cerrar la boca. Dar respuestas a los demás es como colgar de una rama, ¿no? ¿Esto significa que el primer Patriarca viniera desde el oeste para contestar otras preguntas? Si tú fracasas para contestar como uno que esté colgando de una rama, tu respuesta será incorrecta; se verá sólo tu propia incompleta observación. Tiene que ser dada como un asunto de vida y muerte.

Así que tú has de perder tu vida antes de que tu respuesta pueda

ayudar a otros. El real intento de Kyogen fue ayudar a otros incluso si perdía su propia vida. Antes de dar una repuesta, tu vida es estática, somnolienta; pero después de tu respuesta como Kyogen tu vida se convierte en algo vigoroso y activo.

Tú estás a salvo por primera vez y sabes cómo hablar verdaderas palabras. Además, la boca que uses para hablar tales palabras es muy diferente de la antigua en los sucesivos días.

“Si él no se contentaba, olvidaba su deber”. Hemos de darmos cuenta de que en este caso la respuesta no es diferente de la pregunta. Todos los Budas y Patriarcas que también han contestado o preguntado sobre esto, basaron su interpretación en su propia comprensión.

El Maestro Zen Secho dijo: “si estás al borde de la rama, el Camino es fácil de encontrar; pero si estás abajo del Camino es muy difícil de localizar. Consecuentemente, contesto a toda cuestión de la que dependa mi vida. Por favor, preguntadme algo”.

Parece haber una separación entre la pregunta de Secho y su respuesta, sin embargo, realmente, la cuestión sigue a la pregunta en este nivel. Ahora yo tengo una pregunta para los sabios del pasado y del presente: “¿Es Kyogen un burlón desde el extremo de abajo de la rama? Contestó Kotosho, ¿o no? Todos vosotros debéis probarlo.

Dado en Febrero de 1244, en la profundidad de las montañas de Echizen y repetido en 1279 en Eiheiji.

CAPÍTULO 63

HOTSUMUJOSHIN

“Desarrollando la mente suprema”

El Gran Patriarca de la India Sakiamuni, dijo, “ El Gran Nirvana

es como los Himalayas".
El Primer Patriarca Chino dijo, "Cada mente es como un árbol petrificado". "Cada mente" es "mente", la mente que abarca el gran mundo. La mente propia, la de los demás, la gente, la tierra, los Budas y Patriarcas de todo el universo, es este árbol petrificado. No hay otra mente detrás de esto. Este "árbol petrificado" es ni existente, ni no existente, ni vacío, ni forma... A través de la mente de un árbol petrificado, desarrollamos la mente de resolución para la práctica e iluminación. Debido a que la mente es originalmente un árbol petrificado, podemos realizar la eterna condición de "pensar" a través del "no-pensamiento". Si estudiamos el sonido del viento a través de un árbol petrificado, podemos por primera vez, transcender las ideas de los no-creyentes. Fuera de esto no hay Camino Budista.
El Maestro Nacional Daisho, dijo: "Muros, tejas y piedras, son la antigua mente de Buda". Se trata de la vida ordinaria de todos los días de los seres humanos. En tal clase de vida situamos y encontramos a Buda. A esto lo llamamos la mente decidida a la iluminación.
En general, el trabajo de hotsubodaishin, la mente que busca a Buda, es desarrollada desde Hossin, el despertar inicial de la mente y el propósito resuelto de la iluminación. Todo lo que no sea esto, es nada. Despertar la mente de la iluminación, es fabricar a Buda mostrando una hoja de hierba o fabricar los sutras con un trozo de madera. La mente que busca a Buda es asistir a otros cuando preguntan.
No sólo es esto, habrás de encontrar la casa que no es una casa, como por ejemplo adentrarte en las montañas y practicar el camino con fe y confianza en el Darma. Hacer la forma de Buda, cons-

truir stupas, cantar los sutras, recitar el nombre de Buda, proclamar el Darma para todos los seres, encontrar un verdadero maestro, practicar Zazen, tomar refugio en los Tres Tesoros; todo esto es elogiar al Buda, mostrar la resolución que conduce a Buda.

Así, los trabajos de las ocho mil clases de prácticas están contenidos seguramente en el inicial despertar para la iluminación.

No detenerse a medio camino o ser atrapado por las apariencias. Ésta es la virtud de mu-i (no creado) y mu-sa (no ser producido por condiciones).

Representan la observación del Tatagata y de la verdadera naturaleza del Darma. Todos los Budas se han concentrado en ello como su samadhi, darani, iluminación, fruto. No hay nada más allá de estos dos Darmas.

Necios Hinayanistas dicen que la intención de hacer una estatua de Buda o construir una stupa, proporciona gran mérito; dad de lado esas ideas. Renunciad a las ideas discriminadoras y concentrad vuestra mente: esto es mu-i, no nacida, no condicionada realidad y la observación de la verdadera forma de todos los Darmas.

Hay gente que intenta expiar sus faltas haciendo una estatua, otras escapan del mundo contaminado recitando el nombre de Buda o cantando sutras. Si actuamos así, destruimos la semilla de nuestra propia humanidad así como la naturaleza de Buda, Darma, Sanga, para convertirnos en sus amargos enemigos.

La mente que busca a Buda debe surgir sin ningún motivo ulterior. Ésta es la virtud de la pureza sin intención, creer firmemente que hacer una estatua es la mente que busca a Buda. Todas las acciones y deseos de incontables siglos, comenzaron por este punto. La mente que busca a Buda, no puede ser destruida. Esto es “viendo a Buda y escuchando la Ley”, actualizar un Buda des-

pués de otro. Así emergen todos los Budas. Cuando una cosa se convierte en Buda todas lo hacen.
Sakyamuni Buda dijo, “la estrella de la mañana apareció y conseguí el camino simultáneamente con todas las cosas vivientes”. Es por lo que resolución, práctica, iluminación y nirvana, ocurren juntos y al mismo tiempo. El cuerpo y la mente del Camino Budista es hierba, árboles, tejas, piedras, viento, lluvia, agua, fuego,... La resolución firme de iluminación en estas cosas de la naturaleza, guía al Camino Budista. Hacer la imagen de Buda o construir una stupa, es poseer el vacío universal y excavar con una escobilla de baño un torrente en el valle. Ésta es la suprema y perfecta iluminación. Si hay una mente así, debe haber millones y se logra con práctica-iluminación.
No penséis que este despertar ocurre sólo una vez, cuando la práctica está terminada y da únicos frutos.
Esto no es haber oído, conocido o encontrado el Darma Budista. Incontables despertares aparecen por la resolución inicial de buscar la iluminación. La resolución de innumerables personas, comienza con una que despierta y a su vez, el despertar inicial se convierte en innumerables despertares. La Práctica, iluminación y girar de la rueda de la Ley, funcionan así.
Todas las formas que están libres de intención y no han sido creadas son verdaderas formas. Verdadera forma quiere decir, la verdadera forma de cada cosa, su talidad. La talidad es el cuerpo y la mente del eterno presente. Este cuerpo y mente emergen con Hossin, resolución. Muchos de los que han estudiado con Budas y Patriarcas, practicaron el camino obteniendo la mente de hierbas y árboles. Esta es la forma de la mente que busca a Buda.
La energía actualizada de Budas y Patriarcas, se convierte en

nuestra y abre nuestros ojos. Construir, esculpir,... son artículos de iluminación que hacen despertar nuestra mente. “Después de todo, ¿qué es este mundo en el que vivimos? Hablar de la creación de la vida y de la muerte (Ju-i) aclarar el nirvana (Mu-i).

Hemos de ser capaces de ver claramente que el despertar y la resolución para la iluminación están insuperablemente relacionadas con el problema de la vida y de la muerte (samsara). Éste es el significado de “buscando directamente la iluminación”. Uno de sus pensamientos es el mismo que el de una brizna de hierba o un árbol, porque sólo tienen una vida y una muerte.

Incluso la mente de un hombre muerto, todavía se demora, nunca llegamos a algún estado que podamos llamar final. Es semejante a los pensamientos de un Bodhisattva, ilimitadamente profundos y vastos como los de una brizna de hierba, un árbol, una piedra, una teja.

Recluirse en un montaña es fácil; construir una stupa o una imagen de Buda, es difícil. Ambas cosas deben realizarse con diligente esfuerzo, aunque hay una diferencia entre auto-iluminación y el despertar de los demás. Realizar esta clase de mente buscadora de Buda es actualizar Budas y Patriarcas.

Dado a los monjes de Echicen, Kippoji en Febrero de 1244. Recopilado en 1279 en Eiheiji por Ejo.

CAPÍTULO 64

UDONGE

“La flor del árbol udumbara”

Sakiamuni predicaba a un gran asamblea en el Pico de los buitres, cuando levantó sin hablar una flor de udumbara y parpadeó. Entonces, Mahakasyapa sonrió. Sakiamuni dijo:”Poseo el Ojo y el

Tesoro de la verdadera Ley y la serena mente del Nirvana. Ahora se lo otorgo a Mahakasyapa”.

Todos los Budas del pasado y todos los Patriarcas que vinieron después de él, levantaron la flor y transmitieron la Verdadera Ley de esta manera. Levantar la flor, es levantar la mente de Buda; es la actualización de su iluminación. Todos los aspectos de la flor, están contenidos en el acto de levantarla y son la mente y el Cuerpo de Buda. El momento de levantarla, expresó eternidad, porque así se transmite a sus sucesores.

Levantar la flor, ha existido antes, durante y después de lograr Sakiamuni el Camino, que es el mismo logro del camino que hizo y logró la flor del udumbara. No se levantó con los dedos sino con la clara visión y mente del mismo Buda.

Montañas, ríos, cielo y tierra, el sol y la luna, lluvia y viento, seres humanos y animales, árboles y hierbas, son el acto de levantar la flor. Ser capaces de entender esto es tan raro como la propia flor, de la que se dice florece cada tres mil años.

Cuando Sakiamuni cambia “poseer” por “otorgar”, el Ojo y el Tesoro de la Verdadera Ley se hace nuestro.

“Levantar la flor” puede llamársele también, “completa e indivisa concentración, es decir, shikantaza, mente unificada, sin asuntos, sólo sentados o cuerpo y mente caídos, muertos. Para convertirse en Buda o Patriarca, es otro ejemplo, de “completa y no dividida atención”, esta actitud de la mente, debe ser actualizada a lo largo de todas nuestras actividades diarias como vestirse o comer.

Si esta no-dividida atención puedes realizarla cuando haces postraciones o practicas zazen, la flor de tu mente se hará más y más brillante y las cosas de tu alrededor se harán más hermosas. En este profundo estado de sentimiento parecerá el Monasterio o

Templo (Dojo), envuelto en nubes hasta que suene el han de madera o el sho de caña marcando los distintos servicios, como si surgieran del fondo del río.

Dado a los monjes de Kippoji. Echizen en 1244. Recopilado en 1312.

CAPÍTULO 65

NYORAIZENSHIN

"El cuerpo total del Tatagata"

Honramos al Tatagata porque es verdad él mismo. Mostramos nuestro respeto con flores e incienso, exponiendo, leyendo, cantando, copiando los sutras. El mundo de los seres humanos, del océano, del espacio, todo lo dicho, es shoho jisso, el verdadero estado de todos los elementos. Esto significa que la variedad del mundo de todos los fenómenos o cosas, expresa la verdad eterna y universal.

Dado en Kippoji. Febrero 1244 Echizen. Recopilado en 1279 en Eiheiji.

CAPÍTULO 66

ZAMMAI OZAMMAI

"El Rey de todos los samadhis"

Sentados en la postura del loto, transcendemos directamente el mundo entero. Es el más precioso y sublime estado de los Budas y Patriarcas. A través de este camino podemos lograr la transcendencia absoluta y realizar el último propósito. Es por lo que Budas y Patriarcas se concentran en su práctica.

Hay que saber que el mundo de Zazen es muy diferente a otros. Después de aclarar esto hay que desarrollar la firme resolución de lograr la iluminación y buscar la verdadera práctica, iluminación y nirvana.

En el preciso momento de sentarse en Zazen, observar si el tiempo penetra en el espacio y considerar la naturaleza del Zazen, si es diferente de la normal actividad. ¿Es un elevado estado de consciencia? ¿Es pensar o es no-pensar? ¿Es acción o no-acción? ¿Es sólo la postura o alcanza al cuerpo y a la mente? ¿Los transciende a ambos? El propósito es que los alcance y ambos cuerpo y mente, caigan.

Mi difunto maestro Nyojo dijo, “cuando practicáis Zazen, mente y cuerpo mueren”.

El Zazen de la mente no es el mismo que el Zazen del cuerpo. Hay un Zazen Shikantaza que difiere del Zazen en el que el cuerpo y la mente han caído. Una vez muertos cuerpo y mente, logramos la comprensión y la experiencia de los Budas y Patriarcas. Hemos de preservar esta mente examinando claramente todos sus aspectos.

Sakiamuni Buda, instruyendo a una gran asamblea de monjes, les dijo: “Si uno se sienta en la postura del loto, realiza samadhi en el cuerpo y en la mente. Realiza gran virtud y es respetado por todos. Su esplendor es como el del sol iluminando el mundo entero. La indolencia y la pereza desaparecen convirtiéndose en luz infatigable. La mente de la iluminación es radiante, brillante. Su forma es como la de un dragón enroscado. Cuando Mara ve una pintura de la postura del loto, siente miedo y temor. ¿Cuánto más será cuando ve la postura del loto de un iluminado?”.

Shakiamuni instruía a sus seguidores en la postura de sentarse derechos. Así, la mente es rectificada de estar errabunda, deliran-

te o dispersa, a llevarla a la unidad. Si vuestra mente se desvía o el cuerpo tiembla, la postura restaura las cosas a su propio orden. Si deseas entrar en samadhi, pon todos tus vagabundos y dispersos pensamientos a descansar. Practica así y obtendrás el Rey de los Samadhis. Real realización. Todos los demás samadhis son sus subordinados. La postura del loto es un cuerpo recto, una mente brillante y el cuerpo y la mente tal como son, guían directamente a Budas y Patriarcas; recta práctica e iluminación y finalmente la vida de todas las cosas en la naturaleza de Buda. Así, nuestra vida queda comprometida día y noche. Este es el Rey de los Shamadhis.

Dado el 1244. Kippoji. Transcrito la misma noche por Ejo.

CAPÍTULO 67

TEMBORIN

"Haciendo girar la Rueda de la Ley"

Mi difunto maestro Nyojo, en la Sala del Darma, dirigiéndose a los monjes, dijo, "Cuando una persona se decide a conseguir la iluminación y finalmente alcanza el Camino Budista, el mundo entero es el vacío universal. Nada queda atrás". Entonces Nyojo levantó una flor y dijo "Esta es la enseñanza de Sakiamuni que sobrepasa el conocimiento de la gente ordinaria. Así y todo, mi interpretación, es que cuando una persona se decide y encuentra el Camino, es como un monje mendicante rompiendo su cuenco del arroz.

El Primer Patriarca Hoen, dijo "Cuando una persona se decide y encuentra el Camino, todas las cosas del vacío universal vuelven a su fuente en Buda".

Y Bussho Hotai, “Cuando... el vacío universal, verdaderamente se hace vacío universal”.
El maestro Zen Engo, “Cuando... el Camino, el vacío añadirá más avidez al mundo”.
Cuando yo fui preguntado (Dogen) dije: “Cuando... el Camino, tal resolución, nos devuelve a la verdad”.
La afirmación de Buda proviene del Shuryogonkio y guía nuestros huesos, médula e iluminados ojos. ¿Por qué insisto en ello? Alguna gente sostiene que diez capítulos no son auténticos, otros no lo creen así. Estas dos opiniones en conflicto, han sido sostenidas muchos años, hasta hoy, como buenas.
Pero como hemos visto repetidas veces, la afirmación de Sakiamuni Buda es tomada por otros y utilizada en sus respectivas enseñanzas, actualizando estos maestros las palabras de Sakiamuni, haciendo girar la Rueda de la Ley. No hay problema si Budas y Patriarcas usan una teja, piedra, hojas teñidas, o flor de udumbara, para explicar su enseñanza; es hacer girar la Rueda de la Ley Budista y se transforma en el Ojo y el Tesoro.
Hemos de darnos cuenta de que cuando los seres sintientes trascienden la desilusión y logran la iluminación, se hacen discípulos de los Budas y Patriarcas asemejándose a ellos en todos los aspectos.
Budas y Patriarcas se convierten en la piel, la carne, los huesos y la médula de los seres sintientes, sus hermanos, amistosamente trascendidas las relatividades.
Las palabras de los Budas y Patriarcas difieren del habla común. Aún cuando hay paralelismo, el contenido es diferente. Hay muchos ejemplos. Por esto, el giro de la Rueda de la Ley, es el Cuerpo de los Budas y Patriarcas. No falta nada. Cuando gira la

Rueda, usa sonidos y formas transcendiendo los particulares sonidos y formas, dándonos lo más íntimo (centro o corazón) de la Enseñanza Budista y usando muchos vehículos de instrucción: el puño, el tirón de narices, la estrella de la mañana o la flor del melocotonero.

Dado en Febrero, 1244, en Kippoji, Echizen. Transcrito el mismo año por el Jefe de discípulos.

CAPÍTULO 68

DAISHUGYO

"La Gran práctica del Camino "

Entre los muchos discípulos del maestro Zen Daichi, había un anciano que solía escuchar a Hyakujo. Corrientemente se marchaba con los demás pero un día se quedó y Hyakujo le preguntó, "¿Quién está frente a mí?" El anciano contestó: "No soy un ser humano. Hace tiempo cuando Kasyapa Buda, yo vivía en esta montaña. Un día, un estudiante me preguntó si uno que logra la Gran Práctica del Camino está todavía sujeto a las leyes del Karma. Yo le dije que no, que cesaba y desde entonces vengo transmigrando como un zorro salvaje quinientos años. Por favor dame una palabra de enseñanza que me libere", y añadió "¿quién logra la Gran Práctica del Camino todavía está sujeto a las leyes del Karma?" Hyakujo dijo "Sí, ¡nunca se detiene!" El anciano fue iluminado; postrándose le dijo: "Gracias a ti por fin estoy liberado del cuerpo del zorro salvaje. Vivo tras la montaña y tengo una petición más que hacer; por favor haced una ceremonia funeraria como es costumbre cuando mueren los monjes". Y así se hizo.

Este koan es llamado el de la "Gran Práctica del Camino", la relación entre el monje y Hyakujo es aplicable a todos los buscadores

del Camino. La pregunta del anciano monje es la pregunta de todo monje. Podemos entenderlo como uno o dos, dos o uno, lo mismo y diferente, diferente o lo mismo. Si sois perezosos u os falta interés por este asunto, fácilmente caeréis en la dualidad.
No podemos decir que el Karma cese o no cese. Si malentendemos el no, malentenderemos el sí. Si lo entendemos como un recurso también es posible, tanto equivocarse como ser liberados. Básicamente la ley del Karma no tiene existencia concreta, siempre está presente afectando a todos sin respetar nuestras intenciones.
Es necesario tener clara la mente en orden a entender el significado de este koan. Si el estudio es superficial nunca lo comprenderemos. Más importante es que debemos darnos cuenta que no transmigramos como resultado de una errónea respuesta o dejamos de hacerlo por una correcta.
La zorra nunca tuvo nada que ver con la Ley Budista puesto que sólo es una simple zorra. En el Budismo real estas cosas no pasan. Las palabras de Hyakujo, su enseñanza, liberaron al anciano. Pero las montañas, ríos y tierra, continuamente le dieron incontables palabras de enseñanza y el anciano no fue liberado.
"No" y "Sí", son expresiones de la misma verdad según los antiguos sabios.
Transmigración y liberación existen juntas y son el principio de la causa y el efecto.
De antiguo se dice que "La cesación del Karma" es la negación de la ley de causa y efecto que da como resultado la transmigración. Otros sabios dicen que el karma nunca se detiene "y trabaja siempre, lo que constituye una afirmación de la ley del karma. La Gran Práctica del Camino, es el estado en el que la liberación es conse-

guida desde el Karma”.
Esta sería la liberación del anciano monje.
Hay una continua transmigración desde la degeneración hacia la liberación, y una relación causa-efecto que procede de una palabra de enseñanza.
Esta es la actualización de la Gran Práctica del Camino.

Dado en Marzo, 1244, en Kippoji. Echizen. Transcrito del Jefe de discípulos por Ejo.

CAPÍTULO 69

JISHOZAMMAI

“El samadhi de la autoiluminación”

La verdadera transmisión de todos los Budas y Patriarcas hasta el presente, es el samadhi de la Práctica Iluminación, siguiendo un maestro y estudiando los sutras. Esta es su visión iluminada. Por eso el anciano Buda Sokei preguntó a un monje, “¿Por qué buscas la práctica iluminación?” Y el monje dijo: “Práctica e iluminación no son “no aquí” (fuera de este momento), pero no se consiguen si hay alguna impureza”. La Práctica impecable y la iluminación, es los Budas y Patriarcas. El samadhi de los Budas y Patriarcas, es escarcha y rocío, viento y relámpagos.

Cuando seguimos a un auténtico maestro, a veces vemos media cara y cuerpo, otras veces su cara y cuerpo enteros. A veces vemos la mitad del maestro y la mitad de los otros. A veces el maestro se revela con el aspecto de un dios cubierto de pelo (símbolo de iluminación) o como un demonio con cuernos (símbolo de práctica).
Diferentes tipos de conducta nos confrontan y las personalidades cambian inesperadamente.

Nos observamos experimentando esto incontables veces. Investi-

gando el Darma, somos llevados a través del tiempo. Esta es la real función. Bajo un maestro.

Así encontramos nuestro real sí mismo y la verdadera forma (Sakiamuni) pestañear, (Mahakasyapa) sonreir, (Eka) recibir la médula, (Bodhidarma) y hacer una postración después de cortarse el brazo.

Cuando estudiamos los sutras, estudiamos nuestra propia piel, carne, huesos y médula. Cuando les dejemos caer, la visión iluminada del melocotonero florecido, emerge, y el sonido de un trozo de teja contra el bambú, nos hace capaces de ver claramente y hasta oír la escarcha y el rocío.

Estudiando los sutras, su verdadero significado aparece. "Este Sutra" es el Sutra del universo entero - montañas, ríos, tierra, hierba, árboles, uno mismo y los demás; comiendo, vistiéndose, trabajando en lo de todos los días. Cuando estudiamos el Camino basados en los sutras, incontables sutras son descubiertos y sus palabras son reales y encontramos gathas no escritos aún por todas partes. Este conocimiento nos permite estudiar con nuestro cuerpo y mente e invertir incontables vidas. Entonces, seguramente, podamos llegar al correcto estado de iluminación. Estudiando con nuestro cuerpo y mente completos vamos más allá del tiempo y seguramente recibiremos el fruto de nuestros esfuerzos.

Siguiendo a un auténtico maestro y la enseñanza de los sutras, en realidad significa siguiéndose a uno mismo. Los sutras son nuestro propio ser como sutras; el maestro es nuestro propio ser como auténtico maestro. Por tanto, estudiar con un maestro, es el estudio y práctica de uno mismo. Plantar cien plantas o mil árboles es estarse plantando uno mismo. Nosotros mismos somos el objeto final de nuestro estudio, en el que el Yo (ser) es abandonado y los seres originales

emergen. Esto es por lo que el Gran Camino de los Budas y Patriarcas es un método de autopráctica y autoiluminación.
Proclamar la ley para otros, es hacerlo para nosotros, ambos escuchan juntos. Un oído predica y el otro escucha. La lengua predica, el oído oye. Los seis órganos de los sentidos funcionan así.
De esta manera, los días y los meses pasan. Predicar el Darma para otros y practicarlo diligentemente, es escuchar, aclarar, iluminar el Darma, la vida después de la vida. Cuando predicamos el Darma para otros en esta vida con mente sincera, es fácil conseguir el Darma para nosotros.
Más aún, cuando ayudamos a otros a escuchar el Darma, aumenta nuestra fuerza física y mental. Si estorbamos a otros que intentan escucharle, estamos obstaculizando nuestro propio escuchar.
Escuchar y predicar el Darma, vida tras vida, existencia tras existencia, es escuchar el Darma mundo tras mundo.
Podemos oír en nuestra existencia presente, el Darma que ha sido transmitido del pasado al presente. En medio del Darma, hay creación y destrucción; sin embargo, si transmitimos verazmente el Darma, por el Universo entero podremos oírle vida tras vida y manifestarlo existencia tras existencia puesto que, si así se actualiza una brizna de hierba y el campo entero de la existencia, todos iluminarán el Darma. Incluso si escuchamos una sola palabra del Darma en el este, hemos de proclamarlo en el oeste, aunque sólo sea a una persona. Esa sola persona, puede hacer uso de tal recurso y proclamar el Darma. Alguien del este o del oeste puede realizar la misma práctica e iluminación. Llevad el Darma Budista y el Camino de los Patriarcas tan protegido en vuestro cuerpo y mente como sea posible. Entonces, vuestra vida estará llena de alegría, esperanza y firmeza. Comenzad en este momento, día,

año, vida: ésta es vuestra tarea. Tomad la vida del Buda-Darma y concentráos en él. Este es el significado de no desperdiciar vuestra vida.

Sin embargo, no debéis pensar que no podamos proclamar el Darma mientras no le tengamos completamente aclarado. Si esperamos a su total aclaración, requerirá innumerables kalpas. Más aún si maestreamos al Buda humano, todavía hemos de aclarar al Buda universal. Si aclaramos la mente de las montañas, también hemos de hacerlo con el agua. Si atrapamos los aspectos vivos del karma hemos de conseguirlo con los aspectos no vivos.

Podemos comprender completamente las circunstancias de los Budas y Patriarcas pero debemos comprender también su progresión. Si pensamos que hemos aclarado todos esos problemas en una vida antes de proclamar el Darma a los demás, significa insuficiente reflexión, coraje y estudio. Aquellos que estudian a los Budas y Patriarcas estudiando un Darma sólo o un objeto, tendrán que desarrollar una fuerte determinación y hacer un esfuerzo para ayudar a los demás. Entonces, los hay capaces de transcender su ego y predicar a los demás. Más aún, es posible ayudar a otros y que esto nos ayude a completar nuestro propio estudio. Obviamente, si podemos ayudar a otros, podemos ayudar a nosotros mismos y completar nuestro estudio.

En cualquier caso tenemos un conocimiento innato sobre esto que no puede ser experimentado hasta no encontrar el maestro auténtico. Si no lo hacemos, no realizaremos el conocimiento innato, ni entenderemos la naturaleza del conocimiento que no cambia, ni el eterno conocimiento más allá del conocimiento.

Experimentando y comprendiendo nosotros y otros, es el Gran Camino de los Budas y Patriarcas. La inicial resolución a estudiar,

ocurre simultáneamente en nosotros y los demás. Desde esta inicial resolución ambos practican y logran el nivel final juntos. Vuestra práctica y la práctica de los otros debe avanzar así.[6]
Cuando la gente de cerebro disperso escucha sobre el camino "auto-despertar", "autoiluminación"...piensan que es suficiente estudiar por sí mismos y no recibir ninguna transmisión por un auténtico maestro. Es un serio error. Si percibimos la naturaleza de la mente y las debilidades discriminatorias, y creemos que no es necesario recibir la transmisión de un maestro, somos como los no-creyentes y filósofos naturalistas de la India. Si lo entendemos bien, ¿cómo considerar a esta gente ser los del Camino Budista? Si oímos la expresión "autoiluminación" y la evaluamos dependiendo de la formación de los cinco skandas, es lo mismo que el auto-cultivo de los Hinayanistas. Los que no hacen distinciones entre Mahayana e Hinayana, muchos de entre ellos se califican descendientes de los Budas y Patriarcas. Sin embargo, ¿cómo pueden engañar a la gente de mente clara?
¿Cómo pueden sobrepasar a su maestro? Ni soñándolo.
Sólo los descendientes de Tozan tienen completa comprensión.
Podemos decir que el Camino de los Budas y Patriarcas para sí y para otros, es seguramente, el cuerpo y la mente y la visión iluminada de los Budas y Patriarcas. Estos son sus huesos y médula y el engaño no puede arañar la superficie.

Dado a los monjes de Kippoji. Echizen en 1244. Febrero.Transcrito en el cuarto del Jefe de discípulos el mismo año por Ejo.

(6). Clara Referencia a la Shanga (Nota del traductor español)

CAPÍTULO 70

KOKU

“El Vacío Universal”

Cuando reflexionamos sobre nuestra experiencia y práctica del Zazen, actualizamos la vida de los Budas y Patriarcas y recibimos su verdadera transmisión que ha sido pasada de mano en mano generación tras generación. Vuestro asunto hoy, es la vacuidad universal que está en nuestro cuerpo enteramente, piel, músculos, huesos y médula. Tiene tantos significados e interpretaciones –hasta 84.000 o así– que si intentas definirla se podría decir que eres un Buda o un Patriarca.

El maestro Zen Shakyo, una vez preguntó al maestro Zen Seido “¿Tú sabes cómo comprender la vacuidad universal?” Desde luego, contestó Seido “¿Cómo?”, Shakyo quiso saber. Seido agarró un puñado de aire. “¡Ahá! ¡Tú no sabes, entonces, cómo agarrarlo!”, exclamó Shakyo. Seido retó a Sahkyo a enseñarle su vacuidad universal (7). Shakyo asió a Seido la nariz y tiró hasta hacerle gritar de dolor, “Ahora lo tengo”, dijo Seido. “Sí, ahora sabes qué es”, Shakyo asintió.

El propósito inicial de la pregunta de Shakyo fue encontrar o no enteramente su cuerpo, manos y ojos (vacuidad universal). El “Desde luego” de Seido, fue una mancha al Budismo. Decir que entiendes la vacuidad universal no es verdad, sale de la tierra. Cuando Shakyo preguntó a Seido cómo él entendía la vacuidad universal, le invitaba a que enseñase su “propia/tal” vacuidad universal, es decir, mostrar el verdadero estado de la realidad. Sin

(7). Su propio talidad. Nota del traductor

embargo debemos ser cuidadosos sobre esto ya que las circunstancias están cambiando constantemente la forma de la talidad. Cuando Seido agarró un puñado de aire, reveló que entendía sólo la cabeza pero no el rabo de la vacuidad universal. Shakyo entonces vio que la comprensión de Seido era limitada y no podía ni soñar con la vacuidad universal. Era demasiado profunda y absoluta para él. tanto Seido preguntó a Shakyo que le enseñase la vacuidad universal”'. La mitad de la respuesta ya estaba contenida en la pregunta de Seido pero él hubo de descubrir el resto sí mismo. Shakyo tiró de su nariz y tapó los agujeros para hacerle hablar a Seido. En este momento, la vacuidad universal en la forma de Seido y en la forma de Shakyo se unieron y sólo quedó la vacuidad universal.

Antes del tirón, Seido pensaba que la vacuidad universal existía fuera de sí mismo, pero ahora dejó caer su mente y su cuerpo. tanto sed cuidadosos de no aferraros a este descubrimiento de la vacuidad universal. No manchéis a vosotros mismos y practicad en medio de vuestra propia vacuidad universal. Shakyo confirmó la comprensión de Seido pero no trató de captar la vacuidad universal con sus propias manos. La vacuidad universal no se puede agarrar con las manos pero después de todo, el mundo entero es vacuidad universal; no hay absolutamente ningún lugar para la duda. Ahora vemos por qué este koan es tan famoso.

Después de Shakyo y Seido, hubo muchos autoproclamados maestros en las Cinco Escuelas, Rinzai, Soto, Ummon, Igo y Hogen que tomaron este koan y el problema de la vacuidad universal pero pocos la comprendieron propiamente. Ninguna experiencia como la de Shakyo fue tan iluminada y abandonada.

Llegados a este punto, me gustaría decir a Shakyo: “Hace tiempo

que tiraste de la nariz a Seido pero si tú, realmente, querías entender la vacuidad universal, es de la tuya de la que habrías de haber tirado”. Si quieres conocer la huella digital, debes hacerlo. Shakyo supo cómo entender la vacuidad universal pero debió también aprenderla en sus aspectos tanto externos como internos, su habilidad para revivir y destruir, y sus orígenes de luz y profundidad, suavidad y dureza.

Toda práctica, diálogo o logro del Camino de Budas y Patriarcas revela o pone de manifiesto la vacuidad universal. Mi último maestro, dijo, “El cuerpo entero es la boca colgando en el aire”. Podemos ver claramente que el cuerpo de la vacuidad universal cuelga en el aire.

La vacuidad universal, no solamente es actualizada, realizada, en la consciencia sino que emerge en el estado de no-pensamiento. Hay sabiduría que es despertar con la ayuda del maestro y sabiduría que nace de uno mismo. Hay una inteligencia innata y una inteligencia lograda mediante el estudio. Aún así, todo es vacuidad universal. Convertirse en Buda o Patriarca es ser vacuidad universal. El veintiuno Patriarca Vassubandhu escribió: “Nuestra mente es la misma que la del universo y todos los Darmas están en la propia Mente. Cuando la Vacuidad Universal es percibida, ninguna afirmación o negación dura mucho”.

Cuando te sientas en Zazen cara al muro, parece que el sentado y el muro son dos cosas diferentes pero en realidad no están separadas. En orden a entender esto, necesitamos la mente del “muro, teja y piedra” o un “árbol seco”, es decir, de la vacuidad universal. En orden a salvar a otros(8) tomamos un cuerpo y proclamamos la ley. Ésta, de nuevo, es otra forma de vacuidad universal. Utilizamos las doce horas del día y ellas nos utilizan a nosotros.

Este es el tiempo de la vacuidad universal experimentado e iluminado. Una gran piedra, es grande; una pequeña piedra, es pequeña; esta es la función de la vacuidad universal. No hay afirmación ni negación.

La Vacuidad Universal es el Ojo y el Tesoro de la Verdadera Ley y

la Serena Mente del Nirvana. Esto es lo que debemos aclarar.

Dado en Marzo de 1245 en Daibutsuji, Echizen. Recopilado en 1279por Giun en Shizenji, Nagaharna, Echizen.

CAPÍTULO 71

HOU

"El cuenco mendicante"

Un cuenco de mendicante ha sido transmitido por cada uno de los siete Budas y todos los del pasado hasta el veintiocho Patriarca, comenzando en China con Bodhidarma, Shoshu (Eka), y Sokei (Eno).

Hay muchas interpretaciones y todavía más de fructífero estudio. La gente común pierde el estudio propio y la observación del Camino Budista. Un Kesa de Buda tiene especial significación; no tiene nada que ver con seda, algodón o cualquier otro material. Estos, pertenecen a la mente de la discriminación. De igual manera un cuenco de Buda mendicante, nunca se limita a piedra, arcilla, hierro o madera.

El agua aparece como agua, las nubes como nubes. Compuestos de varios elementos aparecen juntos en un todo unificado. Un cuenco mendicante real es uno que está unificado con todas las cosas. La mente de Buda y la vacuidad universal aún es un cuen-

(8). (del sufrimiento y la ignorancia). Nota del traductor español.

co de mendicante, no otra cosa.
El cuenco de mendicante puede estar hecho casi de cualquier cosa. No está limitado a la piedra, al barro...
Esta es la verdadera transmisión del cuenco de mendicante.
Dado a los monjes de Daibutsuji. Marzo 1245. Transcrita el mismo añopor el Jefe de discípulos, Ejo.

CAPÍTULO 72

ANGO
"El período de entrenamiento"
Mi desaparecido maestro Tendo, un viejo Buda, durante el verano y en período de entrenamiento, dijo: "Ahora, vosotros, monjes, estáis formando la estructura de la verdadera práctica y haciendo una cueva en la vacuidad del universo. Completad ambas cosas y os convertiréis en un vaso laqueado".
Si experimentamos la íntima esencia del período de entrenamiento (sesshin), podremos empujar con energía y todas nuestras acciones, alimentarnos, estirar los pies y dormir, serán maneras de entrenamiento a través de nuestras vidas. Si captamos esto, seremos diligentes y no nos distraeremos ni un momento. Esta es la clave, la cara original de Budas y Patriarcas; así tocamos su piel, carne, huesos y médula. Desde el comienzo hasta el final del Ango, somos Budas y Patriarcas. Fuera de esto, nada es grande o pequeño. Es un período ni largo ni corto, ni nuevo ni viejo, ni va ni viene, tiene el valor de un puño y su forma es tirar de la nariz, es universal y todo lo penetra.
Cuando el Ango comienza, actualizamos la iluminación y cuando acaba, todos los obstáculos se rompen; los hay también que se apegan al Ango. No limitarse uno mismo a los tres meses que dura

el período. Noventa días o treinta años día a día son la misma peregrinación, dijo el sacerdote Shinshin. Estos días son el instrumento de la práctica. Comenzó antes que los Budas y ha sido transmitido hasta hoy.
Participar, es encontrar y ver a los Budas, visión iluminada. Hemos de utilizar y transcender la viveza y libertad del Ango. Todos vivimos en esto, es el tejado de nuestras vidas y sin embargo es impenetrable por el pensamiento ordinario, el no pensamiento (pensar sin pensar), o la ausencia de pensamiento.
El propio Buda instituyó este período en Magadha (el tiempo de las lluvias monzónicas que todo lo inmoviliza). Se lo comunicó a Ananda añadiendo que si alguien preguntaba sobre la enseñanza, le contestase en su lugar: “Todas las cosas son sin creación y sin destrucción”, dicho esto volvió a su habitación y comenzó a meditar.
Los descendientes que no han comprendido del todo, interpretan las afirmaciones de Sakiamuni Buda como: “proclamación sin palabras”, “meditación en la propia habitación”. Las palabras no sirven para explicar el Darma, sólo son hábiles significados y la verdad sólo aparece después que el trabajo de la mente ha desaparecido. “No palabras, no pensamiento” es el camino de la verdad. Los noventa días de entrenamiento deben ser empleados cortando con los demás. Las interpretaciones, equivocan el real significado de Sakiamuni. Hacer girar la rueda de la Ley fue su única intención.
Este período de tres meses (Abril, Mayo, Junio) se puede hacer en el propio monasterio, en otro y ocasionalmente en la casa de un laico[9].

(9). A partir de aquí el maestro Dogen se detiene en la detallada enumeración de los cargos organizativos, tipos de monjes, ceremonias y demás reglas que constan en otras de sus obras, el Shingi, por lo que evito su traducción. Nota del T. E.

Acaba afirmando: Durante este período, vivimos en medio de los Tres Tesoros; Buda, Darma, Shanga.

Dado a los monjes de Daibutsuji,Echizen en Junio 1245. Transcrito por Gium. *Los tres karmas: cuerpo, palabras, mente.

CAPÍTULO 73

TASHINTSU

“Leyendo la mente de otros”

Una vez, un docto monje llamado Daini del que se decía tenía la habilidad de leer en la mente de otros, fue requerido por el Emperador que estaba interesado en probarle enfrentándole al Maestro Nacional Echu quien le preguntó: “Dí donde está ahora este viejo monje (Echu mismo) “Daini Sanzo, le contestó: “Sacerdote, tú eres el Maestro Nacional y estás aquí para navegar en la competición anual”, Echo preguntó de nuevo: “Por favor dime dónde estoy ahora”. Sanzo dijo: “Estás mirando al mono que hace muecas en el puente Tenshin”. Por tercera vez Echu preguntó “¿y ahora?”. Sanzo pensó unos instantes pero no respondió. Echu le dijo: “Tú, zorro salvaje!, ¿Dónde está tu habilidad para leer en las otras mentes?

Muchos maestros, tradicionalmente han hecho interpretaciones sobre cada una de las partes de este koan. Un monje preguntó a Gyozan y este comentó “Las dos primeras respuestas concernían al mundo objetivo. Sanzo no conocía el Jiyuyo Samadhi, el auto-divertimento de los despiertos por lo que no pudo ver al Maestro Nacional. (Aunque no hay diferencia entre el mundo objetivo y Jijuyu Samadhi).

Dogen comenta el significado de la primera pregunta que consistió en identificarle. Echu dijo “¿quién soy yo?”. Era una manera

de sondear si Sanzo poseía la visión iluminada que le capacitase para ver y oír el Darma”(10). Si hubiera tenido tal experiencia la hubiera usado libremente.

Cuando Echu preguntó “¿Dónde estoy ahora?” realmente decía “¿Quién soy yo?”, “¿Qué tiempo es este?”, “¿Qué soy yo?” Ésta es la razón por la que Echu utilizó la expresión “viejo monje”. Él no lo era en aquel tiempo. Un “viejo monje” es uno que posee la mente original de Buda (Un Joza).

En la India es frecuente este poder de leer en las mentes de otros. Pero esto no tiene nada que ver con la iluminación de la mente buscadora. Quien tenga esta habilidad de leer en la mente de otros está obligado a desarrollar su mente ordinaria, tomar la resolución y practicar la gradual iluminación del Camino Budista.

“Mente” no es necesariamente “pensamiento” y viceversa; además, cuando ellos están, no es posible leer otras mentes. Éste y otros poderes como los llamados milagrosos, son completamente inútiles.

Hemos de tener más bien la habilidad de leer nuestra propia mente y cuerpo que consiste en el libre control.

Dado en Daibutsuji, Echizen, Julio 1245.

CAPÍTULO 74

OSAKUSENDABA

“El deseo del maestro”

Hablando o en silencio, visterias y árboles, caballos y burros, agua y nubes: la relación es la misma.

Hay una historia del Mahaparanirvana Sutra:

(10). Hablar en términos y sentidos distintos, no vulgares. Nota delT.E.

"El Honrado por el Mundo", dijo: "Cuando un rey daba la orden "trae sendaba" a sus asistentes, ésta sola palabra tenía cuatro significados: sal, vaso, agua, caballo. Por tanto, cuatro significados están contenidos en una palabra. Un prudente asistente, los conoce bien. Si el rey quiere lavarse y dice "sendaba", el asistente trae agua. Si quiere comer y dice "sendaba", el asistente trae sal. Si después de comer dice "sendaba", y quiere beber, le trae un vaso. Si quiere salir y dice "sendaba", su caballo está preparado. Un prudente asistente entiende los cuatro íntimos significados de las palabras del rey".

Este "Osakusendaba", es la necesidad del rey y "Shinbusendaba", atender su petición. Esta costumbre ha sido practicada desde hace mucho tiempo y es semejante a la transmisión del Kesa Budista. Ya que Sakiamuni tocó este asunto, sus descendientes lo estudian. Si reflexionamos sobre ello, vemos que todo el que estudia con Sakiamuni practica "sendaba". Los que no estudian con Sakiamuni, deben continuar su peregrinaje y conseguir el primer paso de la práctica. "Sendaba" fue primero usado entre Budas y Patriarcas por varias generaciones y después adoptado por las familias reales.

A menudo Budas y Patriarcas dicen blanco cuando significa amarillo e intentan revelar la visión iluminada. Ellos explican SAKU (petición) y HO (condescendencia), "sendaba", con sutiles y refinados medios.

Un día, el "Honrado por el mundo", dejó la plataforma de los sermones sin hablar. Entonces Manjusri golpeó el gong anunciando el final del discurso y dijo "Esto es como aclarar la Ley del Rey del Darma".

Dado en Daibutsuji. Octubre 1245, Echizen.

CAPÍTULO 75

SHUKKE

"Renunciación del mundo"

Debéis saber que todos los Budas y Patriarcas han logrado el Camino renunciando al mundo y recibiendo los preceptos. La verdadera vida de Budas y Patriarcas está basada en su recepción de los preceptos. La gente que no haya renunciado al mundo, nunca podrá ser Budas y Patriarcas. Pero si lo haces estarás entre ellos.

La suprema iluminación, es lograda en el momento en que tú, verdaderamente, renuncias al mundo y recibes los preceptos. No hay otro Camino. Cuando renuncias al mundo, la Rueda de la Ley comienza a girar. Suprema iluminación y renunciación al mundo son sinónimos, la misma cosa. La renunciación proporciona la felicidad de la iluminación a incontables seres. La total armonía de la perfección de las energías de Buda[11] en ti mismo y en otros, es lo que guía a la suprema iluminación y felicidad.

Cuando la suprema iluminación es actualizada, la renuncia al mundo, sucede. No hay oposición entre nuestro inicial despertar de la mente, suprema iluminación y el acto de renuncia al mundo. Este momento está en medio de mundos ilimitados y libres movimientos del tiempo. El final de la Rueda de la Ley, gira. Este "tiempo" no es el "tiempo" del día. No puede ser medido. Está más allá. En este estado, todas las ataduras se rompen y cuerpo y mente armonizan con la renunciación. Sólo es esto. La realización del Camino es sólo esto.

En el Mahaprajoa Paramitopadesa Sutra está escrito:

(11). Talidad. Nota del T.E.

Una vez, estando Sakiamuni en el Jardín de Jetavara, un intoxicado Brahmin, se acercó a Buda y le pidió convertirse en su discípulo. El Buda, instruyó a algunos monjes para que le afeitaran la cabeza y le dieran un kesa. Al día siguiente el Brahmin (hinduista) despertó de su borrachera y le chocó encontrarse con tal apariencia tan drásticamente cambiada. Inmediatamente se puso en pie y echó a correr. Enseguida, varios monjes se aproximaron a Buda preguntándole: "¿Por qué has permitido a este borracho recibir los preceptos? ¡Ya se ha marchado!" Sakiamuni respondió: "Yo sabía ya que no tenía intención de renunciar al mundo y recibir los preceptos y que lo hizo estando borracho, sin embargo, puesto que fue movido a renunciar al mundo, aunque fuera por tan escaso tiempo, algún día se convertirá en verdadero monje". Debéis estar al tanto de lo íntimas que son las relaciones entre renunciación al mundo y el consiguiente logro de la suprema iluminación.

Sakiamuni quería significar que la esencia de esta enseñanza, está en el acto de renunciación al mundo. Si no lo hacemos, nunca encontraremos la Ley Budista. También recordó en otra ocasión, que, Él mismo renunció cuando era joven"(12).

Dado en Sep. 1246 en Eiheiji.

CAPÍTULO 76

SHUKKE KUDOKU

"La energía virtual de la renuncia al mundo"

Dice en el Daichido-ron:

(12). Que quiere decir, advertidos de la contaminación del cuerpo y la mente. Nota del T.E.

“Está claro que la atracción por el Camino Budista, es extremadamente difícil, si no imposible, para un laico que tiene que ganarse la vida y por tanto esta atracción es financieramente ruinosa.
Un monje por otro lado, conmovido desde las semillas del sufrimiento y la ilusión, puede dedicarse a la práctica, es libre de ir a lo profundo de las montañas, sentarse en Zazen y lograr el estado de no-mente, la libertad frente a la codicia, el odio, la desilusión y otras formas de distracción y atadura”.
Y también dice:
“Practicar Zazen en la soledad del bosque y romper los males de la mente, no es un divertido artificio celestial sino una práctica para aquellos que quieren ir más allá de la desilusión y el apego. El laico, busca fama y fortuna. Están ansiosos de posesión de muebles y vestidos. Sus desordenados deseos no conocen límites. Sin embargo, ninguna de estas cosas conduce a la real paz de la mente. En contraste, los monjes visten ropas simples, piden alimentos y su vida es estable y fuerte. Con la disciplina adecuada, un monje cree que esta es la verdadera vida. Él, experimenta todas las cosas como actualizaciones del Buda y tiene la sabiduría de reconocer la verdad. Nada puede ir más allá de esta mente”.
Tomar los preceptos y la atracción al Camino, son asuntos inseparables de vivir en comunidad. Rápidamente, realizando esto para hacer el camino más fácil y guiarse de la ilimitada bondad y satisfacción, hay que añadir que el camino del monje es arduo.
La siguiente historia lo ilustra:
“En el tiempo del Buda Sakiamuni vivía un Braman llamado Jambuksadaka. Un día preguntó “Oh, Sariputra, ¿cuál es la cosa más difícil del mundo?” Sariputra replicó, “Renunciar a la fama, la fortuna, las propiedades, la familia y entrar en la Hermandad Budista”.

El Braman continuó, “Después de tomar la ordenación, ¿hay más dificultades?”, Sariputra dijo, “Sí, incluso después de haber renunciado a todas la posesiones mundanas, para lograr la sabiduría espiritual y la habilidad de reconocer la verdad, puede haber difíciles pruebas”. El Braman preguntó de nuevo, “Una vez que la sabiduría espiritual ha sido despertada y aparece la verdad, ¿entonces todas las dificultades estarán remontadas?”, Sariputra replicó, “No, hasta en esta etapa podemos encontrar todavía difícil practicar el bien en nuestra vida diaria”.

Incluso la transgresión de los preceptos, aunque sea con repetición, no impide a un monje o monja entrar en el nirvana.

En el Upalavarna Sutra se cita a una monja que antes había sido prostituta; se puso un kesa por broma y el resultado fue percibir el Camino y hacerse monja.

El Buda dijo en una asamblea de monjes: “El rey Yama, una vez, manifestó que su gran deseo era haber nacido en este mundo de sufrimientos, en el mundo humano. Así, inmediatamente renunciaría al mundo, afeitaría mi cabeza, vestiría las tres clases de kesa y seguiría el Camino Budista como monje”. El Buda continuó “Cuando nos damos cuenta de estar siendo la más grande aspiración del Rey Yama, inyectamos mayor determinación en la práctica del cuerpo, la palabra y la mente por tener tanta fortuna. Podemos destruir las cinco clases de desilusión (codicia, odio, calumnia, celos y crueldad) y cultivar a través de la correcta percepción de los seis órganos de los sentidos, las cinco raíces de la buena conducta que son las rectas, mente, esfuerzo, determinación, meditación y sabiduría. Pon atención en estas palabras y actúa de acuerdo con ellas”.



MONASTERIO DE EIHEIJI



1984. SOKO DAIDO EN EL MONASTERIO DE EIHEIJI

Nacer humano es el más afortunado acontecimiento pero no es fácil serlo. Encontrar, además, el Camino Budista es aún más raro. Los afortunados como nosotros por ambas cosas, debemos seguramente renunciar al mundo, tomar los preceptos y entrar en la Hermandad Budista. Podemos conocer ministros, reyes, esposas, hijos y otros en cada ocasión. Contactar con el Camino Budista es tan difícil como ver florecer un udumbara. Cuando en un momento, experimentamos la impermanencia de la muerte, estamos más allá de la ayuda de reyes, ministros... etc., tesoros o sirvientes. No importa como de fuerte te agarres a tu presente cuerpo físico, nada impedirá el paso de este estado al siguiente y con nosotros el buen o mal karma. Mientras existe la oportunidad de entrar en la Hermandad, no debemos dudar. Este es el Camino del Darma.

Hay cuatro reglas que atañen a la práctica de los monjes. Sentarse en zazen bajo un árbol toda la vida. Vestir un kesa hecho con retales de deshecho toda la vida. Pedir para lo necesario toda la vida. Utilizar medicinas cuando estés enfermo a través de toda la vida. Estas reglas son el código de la práctica para un verdadero monje. Cualquier hombre que tome la ordenación y no las observa no puede ser llamado monje.

La magnanimidad de un maestro que nos inicia en la Hermandad, es como el amor empleado en nosotros por nuestros propios padres. Hagámonos cargo de esto.

Incluso un monasterio que practique una forma degenerada de Budismo, es todavía como el Jardín de Chambaka de fresco y puro. Es como la leche diluida con agua. Si uno está sediento y no hay otra leche, habrá de tomar la mezclada. Todos los Budas en los tres mundos, fueron monjes. Esto es porque entrar en la Hermandad encarna la esencia del Darma, iluminación y sabiduría y quienes lo hacen, indu-

dablemente realizan la iluminación. Esta transmisión, es la suprema enseñanza de los Budas y Patriarcas.

Compilado por los discípulos de Dogen en el verano de 1255.

CAPÍTULO 77

JUKAI

“Recibiendo los preceptos”

Las palabras “Primero recibir los preceptos”, encarnan el sentido de El Ojo y el Tesoro de la Verdadera Ley. Todos los Budas y Patriarcas, inicialmente, tomaron los preceptos y los han transmitido como el verdadero Darma. Los recibieron del mismo Buda o de un Patriarca o de un verdadero discípulo; por tanto todos recibieron una verdadera transmisión y todos realizaron la iluminación.

Recibir los preceptos del Bodhisattva, es el primer paso para seguir el Camino. Los verdaderos buscadores deben saber esto. Sólo aquellos que se han entrenado diligentemente y continuadamente por un largo período de tiempo, están instruidos en la manera de recibir los preceptos, pero no los que han sido perezosos o muestran indiferencia por la práctica. La forma de recibirlos es como sigue:

Primero el iniciado quema incienso, se postra delante del maestro y pide permiso para recibir los preceptos. Si se le concede, se baña para purificar su cuerpo y viste un kesa limpio. Uno nuevo no vale; sí vale uno viejo lavándole, poniéndole flores y quemando incienso a su alrededor para finalmente postrarse ante él. Después el iniciado, se postrará delante de varias imágenes Budistas, de los Tres Tesoros y de nuevo ante el maestro que le ordena. De esta

manera su mente y cuerpo quedan limpios de todo obstáculo. Este proceder es una transmisión de Budas y Patriarcas que encarna la pura esencia del Camino Budista.

En el salón ceremonial, el maestro y su asistente, mandan al iniciado postrarse tres veces, luego, quedarse de rodillas bien derecho con las manos en gassho para repetir el siguiente verso: “Tomo refugio en el Buda, Tomo refugio en el Darma, Tomo refugio en la Sanga. Yo tomo refugio en el Buda, el más elevado, Yo tomo refugio en el Darma, que mitiga los deseos, Yo tomo refugio en la Sanga, la comunidad más honorable. Ya he tomado refugio en el Buda, ya he tomado refugio en el Darma, ya he tomado refugio en la Sanga”. Lo repite tres veces.

Después él repite “El Tatagata realizó la iluminación suprema. Él es mi gran maestro. He tomado refugio en él y por su compasión, desde este momento, nunca me refugiaré en el mal o en enseñanzas vulgares”. Tres veces.

Entonces el maestro dice: “Oh, buen discípulo, has deshechado lo malo y tomado refugio en lo bueno; los tres preceptos han sido realizados. Ahora habrás de tomar otros tres”.

“El primero, es no hacer el mal. ¿Quieres permanecer en ello desde ahora hasta tu despertar a la Budeidad?” El iniciado responde “Sí, lo prometo sinceramente”.

“El segundo es hacer el bien. ¿Quieres cumplirlo desde ahora hasta tu despertar en la Budeidad? “El iniciado responde “Sí, lo prometo sinceramente”.

“El tercero es promover el bien entre todos los seres vivientes. ¿Quieres realizarlo desde ahora hasta tu despertar en la Budeidad?” El iniciado responde “Sí, lo prometo sinceramente”.

El maestro continúa, “No debes romper ninguno de estos tres pre-

ceptos desde ahora hasta tu despertar en la Budeidad. ¿Lo harás?" El iniciado responde "Sí, lo prometo sinceramente". El maestro añade "Permanece en ello como has prometido".

Entonces, el iniciado, se postra tres veces, queda arrodillado y con las manos en gassho. El maestro continúa, "Buen discípulo, ya has recibido las tres clases de los puros preceptos. Seguidamente debes recibir las diez reglas de la práctica, el Gran Precepto de los Budas y Bodhisattvas".

El maestro comienza:

1 No matar. ¿Lo cumplirás hasta la Budeidad? Lo prometo.

2 No robar. ¿Lo cumplirás hasta la Budeidad? Lo prometo.

3 No comprometerse en relaciones sexuales extremadas. ¿Lo cumplirás hasta la Budeidad? Lo prometo.

4 No mentir. ¿Lo cumplirás hasta la Budeidad? Lo prometo.

5 No utilizar drogas tóxicas. ¿Lo cumplirás hasta la Budeidad? Lo prometo.

6 No criticar a un Bodhisattva. ¿Lo cumplirás hasta la Budeidad? Lo prometo.

7 No despreciarse a uno o difamar a otros. ¿Lo cumplirás hasta la Budeidad? Lo prometo.

8 No suplicar bienes materiales o espirituales. ¿Lo cumplirás hasta la Budeidad? Lo prometo.

9 No encolerizarse. ¿Lo cumplirás hasta la Budeidad? Lo prometo.

10 No desacreditar o difamar los Tres Tesoros. ¿Lo cumplirás hasta la Budeidad? Lo prometo.

"No debes romper estas diez reglas. ¿Permanecerás en ellas desde ahora hasta tu despertar a la Budeidad?" El iniciado responde "Sí, lo prometo sinceramente". Se repite tres veces. Entonces, el maestro dice, "Permanece en ello como has prometido". El iniciado se

postra tres veces.
El maestro continúa: “Estos tres refugios, tres preceptos y diez reglas de la práctica, han sido recibidos y aceptados por todos los Budas. “Buen discípulo, ¿cumplirás estos dieciséis preceptos desde ahora hasta tu despertar en la Budeidad?” El iniciado responde “Sí, lo prometo sinceramente”. Se repite tres veces. Entonces el maestro dice “Cúmplelo como has prometido”. El iniciado se postra tres veces.
Finalmente el maestro canta “El mundo a nuestro alrededor es tan vasto como el cielo y tan puro como el loto sobre las aguas sombrías donde crece. Mi mente es pura y transciende el mundo ordinario”. “Tomamos refugio en el Buda. Tomamos refugio en el Darma. Tomamos refugio en la Sanga”. Los iniciados abandonan el Zendo.
La manera de recibir los preceptos es una Gran Transmisión de los Budas y Patriarcas.

(Fecha de escritura desconocida).

CAPÍTULO 78

KESA KUDOKU

“La fuerza de vestir el kesa”

El Kesa Budista ha sido correctamente pasado a través de los sucesores de la línea de Budas desde Sakyamuni y transmitido hasta China sólo por Bodhidharma del monte So, el veintiocho Patriarca.
Es indispensable asegurarse de que el Kesa que recibes pertenece al linaje de Sakiamuni.
(Dogen describe varias clases de Kesa en función del lugar, cere-

monia, palacio, prédica, estación fría o calurosa...)
Transmitido hasta hoy, el Kesa que pasa correctamente de maestro a discípulo, es como un sello de iluminación. El Kesa en el que todos los Budas han tomado refugio es conocido como el símbolo del cuerpo y la mente de Buda. Como la ropa del desapego, buena postura, no forma, supremacía, perseverancia, la ropa del Tatagata, gran compasión, misericordia, transcendencia de lo erróneo (malo), la ropa de la suprema iluminación y debe ser tratado en todo momento con el máximo respeto y reverencia.
De acuerdo con la reglas Budistas el más apropiado es el funzo-e, hecho completamente juntando trozos de deshecho (tejido afectado por el fuego, porquería de animales u hombres, envoltura de muertos, otros Kesa,... intemperie...).
Los que perciben el Camino quieren recibir rápidamente el Kesa y seguir el linaje de Sakiamuni pues encarna su esencia y nos convierte en sus hijos y hermanos.
El Kesa puede ser azul, amarillo, rojo, negro, púrpura, o una mezcla de todos los colores. El Tatagata siempre vistió el de color carne o tierra. En China el primero fue negro.
Una vez, el venerable Upali, preguntó a Sakiamuni de cuántos retales o bandas debía ser el Kesa hecho. A lo que él contestó, de 9, 11, 13, 15, 17, 19, 21, 23 y 25 piezas.
También puede estar hecho de una sola pieza, de pelo o plumas animales o de retazos.
Upali también preguntó por las medidas y Buda dijo haberles grandes, medianos y pequeños. Y sobre cuántas piezas, dijo que siete, cada una de ellas de dos largas y una corta de tela.
Hay cuatro maneras correctas de confeccionar un kesa:
Katsu-e, de una colección de pequeñas piezas.

Chyo-e, de grandes piezas.
Shoyo-e, de pocas grandes piezas.
Man-e, de una sola pieza.
Sakiamuni dijo: “El Kesa que los Budas de los tres mundos visten, está hecho de un limpio, puro material y es cosido juntos (Sanga) a puntadas. Funzo-e, considerado el más limpio y puro material, es el más apropiado. Las telas regaladas se pueden aceptar así como el Kesa hecho por simpatizantes.
El Kesa del laico es llamado tampo. El Kesa, es el símbolo de un discípulo Budista y el que lo recibe es honorable día y noche. Antes de ponerse el Kesa, colocarle en la cabeza, poner las manos en gassho y recitar:
“¡Qué magnífica esta ropa de la liberación que es como un sentimiento de alegría y felicidad!.
Venerando las enseñanzas del Tatagata hacemos votos hacia todos los seres sintientes.”

Dado a la asamblea de monjes de Kanondori, Koshohorinji, 1240.

CAPÍTULO 79

HOTSU BODAI-SHIN

“Despertando la mente que busca a Buda”.
Hay tres clase de mente: citta, la mente que discrimina. Karit, la mente de las hierbas y los árboles o no discriminatoria. Irita, la mente de verdad. Es la mente discriminatoria la que causa el despertar de la mente que busca a Buda, la mente de Buda. (Bodhi es Camino). Imposible despertar la mente de Buda sin una mente discriminadora. Estas mentes no son la misma y no deben ser confundidas. La discriminatoria es sólo un significado del logro de la

precedente.

Poner la iluminación de los otros por delante de la propia, es el camino de los que han despertado la mente que busca a Buda. Humildes en apariencia, esos hombres son los guías de todos los seres sintientes.

Utilizad la recta palabra, acción y pensamiento como medios para despertar la mente que busca al Buda. Otros, seguid el Camino de todos los que han despertado ellos mismos su mente de acuerdo con los Bodhisattvas.

Despertar la mente que busca al Buda, significa asistir a todos los seres vivientes en el logro de la iluminación antes de considerar la propia.

Una vez que esta mente despierta, nuestra perspectiva de todas las cosas cambia. No es el resultado de nuestro esfuerzo o el de otros. Está previamente establecida. Aunque se consiga sólo por un momento, todas las cosas se convierten en conducentes para su crecimiento. Si la experimentación no fuera momentánea (de la iluminación) los errores pasados podrían no desaparecer y subsecuentemente, el bien podría no aparecer. Sólo el Tatagata comprendió esto completamente por lo que sólo Él pudo expresar un mundo entero en un instante.

El poder de la iluminación de Sakyamuni, capacita a todos los seres sintientes para ver los tres mil mundos. Nada hay más allá del continuo ciclo de la existencia y la no-existencia. En ambos casos es cierto el contexto de muerte física y renacimiento y cambio momentáneo. Siendo el resultado del Karma, este hecho está completamente fuera de nuestro control e independiente de nuestros deseos. Seguramente, el hombre no tenga otra opción que despertar rápidamente la mente que busca al Buda y hacer votos de ayudar a

los demás a lograr la iluminación.
Si los que se aferran desesperadamente a su vida física, se detuvieran a considerar el nacimiento, la ancianidad, la enfermedad y la muerte, se darían cuenta de que todo ello está más allá del control suyo y concluirían en que estos "cuerpos suyos" en realidad no les pertenecen.
El Koan 120 del Zen-en-shingi, pregunta, "¿Es el despertar por la iluminación lo mismo que el despertar de la mente que busca al Buda?" Sabemos que este despertar de la mente que busca al Buda, comprende los estados iniciales del entrenamiento en el Camino de los Budas y Patriarcas estando de acuerdo con sus enseñanzas. Despertar la mente que busca al Buda, es entender completamente el Camino Budista. La iluminación, sin embargo, no es lo mismo que la iluminación de los Budas. Incluso si nos damos cuenta, con los diez pasos de la iluminación, todavía no somos más que Bodhisattvas. El mundo sintiente no es limitado o ilimitado; despertamos la mente salvando a los seres sintientes antes de considerar nuestra propia salvación. Esta es la mente iluminada que busca al Buda.
El Bodhisattva que se transformó en Buda, se dice que pronunció las siguientes palabras: "Puesto que encarna los Tres Tesoros, La Mente que busca al Buda es la puerta de entrada a la verdad".
Entonces entendemos que los Tres Tesoros están protegidos por el poder de la mente que busca al Buda. Ya que esta mente es despertada, debe ser guardada para prevenir que retroceda.
Sakiamuni dijo una vez "Un Bodhisattva jamás debe fracasar en proteger la mente que busca al Buda... Es la que se ayuda a sí misma de manera que uno despierte a la suprema iluminación".
Hay tres cosas de muy difícil maduración: los huevos de los

peces, el fruto del árbol amra y la mente que busca al Buda. Hemos de proporcionar a nuestra despertada mente que busca al Buda, la mayor protección para asegurar su desarrollo. Muchos fracasan por faltarles un buen maestro en las etapas iniciales no llegando a contactar con la Verdadera Ley, o por negar la causalidad, la iluminación, los Tres Tesoros o los tres mundos y continuar atados a los cinco deseos.

La fuente de los 108 deseos es conocida como el Vedanaskanda. El proceso mental de discriminación entre varios pensamientos es llamado samjna-skanda. Samskara-skanda, el proceso mental asociado con la mente perjudicial, y con la preocupación, con el gusto y el disgusto, fealdad y belleza,... es el instigador de la codicia, la cólera y la locura; es responsable de nuestra distorsionada visión de toda forma. Las seis consciencias que son el origen de la acción de los seis órganos de los sentidos ayudan a una ilimitada mente llamada vijñana-skanda.

El mal de la muerte, causa discontinuidad en los cinco agregados y vacía el cuerpo de la consciencia, cordialidad y vida. Lo malo, que es la atadura al deseo que se resiente de la sabiduría de los demás, es "lo destructivo".

Este discurso fue presentado por Nagarjuna el Patriarca. Estudiad y trabajad detalladamente por asegurar que esta mente que busca al Buda sea preservada y permanezca libre de contaminación.

Dado en la asamblea de monjes en Yoshimine-Shoga en 1244. Recopilada por Ejo en 1256.

CAPÍTULO 80

KUYO SHOBUTSU

“Veneración a los Budas”

El Buda Sakiamuni compuso el siguiente verso:
Sin pasado, no hay Budas pasados
sin Budas pasados, no hay presentes monjes.

En el Butsu-hongyo-kyo (Biografía de Buda), el mismo Buda cuenta a sus discípulos Mokuren y Sariputra, haberse encontrado con millones de Budas llamados todos Sakiamuni y haberles ofrecido las cuatro ofrendas de la veneración: vestido, alimento y bebida, cama y medicinas.

En el Sutra del Loto se establece que, “Si veneramos al Buda construyendo una stupa, ofreciéndole flores, incienso hacia su imagen, o música o cantando o pensando en silencio, realizamos el Camino. Incluso alguien en un estado de confusión mental que hace una ofrenda tan pequeña como una sola flor a la imagen de Buda, se encuentra con innumerables Budas, o postrándose o haciendo gassho o inclinando su cabeza con respeto, realizará la suprema iluminación y en todo caso asiste a todos los seres sintientes a encontrar el Camino. Basados en estos profundos actos, nos esforzamos en lograr el Camino Budista y no gastamos la vida inútilmente. Son actos que guían hacia la Budeidad.

Nagarjuna dijo, “Todos los Budas honran el Darma, por eso les veneramos y han realizado la esencia de todas las cosas”. Entonces se le preguntó por qué los Budas en los tres mundos veneraron las enseñanzas de otros cuando ellos mismos habían realizado la última verdad. A lo que replicó diciendo, “Porque es la costumbre que un monje no venere el Darma que está dentro de él y sí lo

haga con aquellos que comprenden y preservan el Darma”.
Hay diez caminos para venerar y respetar un Buda:
Hacer ofrendas al cuerpo actual de Buda
Hacer ofrendas en mausoleos, relicarios, templos, imágenes
Hacer ofrendas fuera de monumentos religiosos
Hacer ofrendas personalmente
Animar a otros a que las hagan
Hacer ofrendas de calidad material
Hacer ofrendas con sinceridad
Hacer ofrendas sin ataduras
Hacer ofrendas practicando con uno mismo
Si alguien sugiriese que el Buda que ha trascendido la codicia, la cólera y la ignorancia, requiere la construcción de una stupa para glorificar su nombre, es de mente malévola y su retribución (karma) será grande.
De las mismas maneras que veneramos al Buda, lo hacemos con el Darma y con la Shanga.
El maestro Zen Ling-Tao se ocupó muchos años de la tumba de su maestro Eno. En los primeros tiempos Eno, molía arroz día y noche al servicio de sus compañeros monjes. Hay muchos ejemplos. Estudiadlo y actuad de acuerdo.

Recopilado por los discípulos en 1255.

CAPÍTULO 81

K]E BU-PPO-SO-BO

“Tomando refugio en los Tres Tesoros”

En el Ch'an-yüan ch'ing-kne (cuestión 1202, vol. 8) se pregunta “Tú veneras a los Tres Tesoros o no?”. Si no los veneramos no

podemos refugiarnos en ellos; si no tomamos refugio en ellos, no podemos venerarlos. La energía (el mérito) de haber tomado refugio en los Tres Tesoros, se realiza al mismo tiempo que se establece una relación espiritual entre nosotros y Buda. Tal mérito continúa creciendo y finalmente realizamos la iluminación.

Aunque el cuerpo esté sujeto al nacimiento, la muerte y, momentáneamente, cambie, hemos de tomar refugio porque asegura el continuo crecimiento de nuestra naturaleza de Buda y el logro de la iluminación.

La palabra japonesa kie, tomar refugio, está compuesta de dos partes: ki, que significa "para no actuar con reservas, arrojarse dentro" y la e que significa "confiar". De la misma manera que un niño se lanza a los brazos de su padre, así hemos de arrojarnos en los Tres Tesoros. Tomamos refugio en Buda porque es nuestro gran maestro, en el Darma porque es buen remedio, en la Sanga porque está hecha de buenos amigos.

Los verdaderos buscadores, hemos de postrarnos en las 10 direcciones, contactar con los Tres Tesoros, quemar incienso y tirarles flores.

En japonés, hindú y chino, los nombres de Sakiamuni son: Butsu, Buddha y Chüeh que significan "uno que despertó a la más alta y suprema iluminación". La Ley Budista, el Darma, es conocido como Ho en Japón, Dharma o Dhamma en India y Fa en China. Generalmente la palabra "Ley" es entendida como lo que juzga lo que es bueno, malo o neutral en las acciones. La "Ley" de los Tres Tesoros, no se deduce de reglas tópicas. En Japón, la comunidad Budista o Shanga se conoce como So, en India como Samgha y en China como Hoho-chung. Todas como significación de armoniosa comunidad.

Sakiamuni Buda dijo, “La gente corriente, a menudo toma refugio en las deidades de las montañas, jardines, selvas, árboles individuales o de antiguas tumbas. ¡Qué grosera pérdida de tiempo! ¿Quién ha oído de alguien que se librase del dolor y el sufrimiento por ello?”

Cuando tomamos refugio en los Tres Tesoros, aumenta la claridad en la observación de los fenómenos gracias a la sabiduría de las Cuatro Nobles Verdades que son:

La vida por sí misma es sufrimiento

La ilusión y el deseo son la causa del sufrimiento

El nirvana ofrece libertad a partir del sufrimiento

Practicar el Noble Óctuple Sendero conduce al nirvana.

Tomando refugio en los Tres Tesoros incuestionablemente se alivia el sufrimiento. Por tanto, esta es la más valiosa cuestión entre todas las cosas.

Buda dijo “Cuando tomáis refugio en los Tres Tesoros, el pasado mal karma queda destruido”.

Nuestro pasado buen karma, nos capacita para encontrar los Tres Tesoros. Por tanto hemos de guardar su sabiduría porque soporta nuestra mente que busca al Buda. Tomar refugio es el primer paso en el Camino.

Compilado en 1255. Dogen, enfermo quiso revisarlo.Lo escribió Gien en 1279. Zenkoji, Echizen.

CAPÍTULO 82

JINSHIN-INGA

“Profunda creencia en la causalidad”

Un honorable Abad fue preguntado por un discípulo si una perso-

na iluminada permanecía sujeta a la causalidad. Habiendo contestado que no reencarnó en zorro salvaje por años.
Estando Hyakujo presente, le suplicó le relevase del sufrimiento enseñándole el significado de la causalidad, a lo que el maestro respondió que nadie estaba más allá de la causalidad. El monje despertó y el zorro fue enterrado con los honores de un Abad con la sorpresa de los monjes.
Esta historia está fundada en el Tensho-Koto Roku. Refugiarse en las dudas mirando la ley de causalidad, como muchos monjes hacen, es una negación clara de la verdadera existencia de la Ley. Verdaderamente, es penoso que el Camino de los Budas y Patriarcas haya declinado así. Los que creen que la iluminación de los seres está más allá del efecto de causalidad, tercamente niegan dicha ley e indudablemente caen en los tres mundos erróneos (forma, vacío, apego). Los que confían en la ley, se dan cuenta de que ningún hombre se libra de sus efectos; consecuentemente, se fortalecen sobre todo presente sufrimiento.
El Diecinueve Patriarca, Honorable Kumarata, dijo: “Hay tres diferentes períodos en que el efecto de nuestras pasadas buenas o malas acciones aparece. Gente que ve al compasivo morir joven mientras el agresivo sobrevive. Que ve felicidad al malévolo, mientras el virtuoso es infeliz y piensan que esta felicidad o infelicidad, no tienen relación con tales acciones. Es un completo error producido por su ignorancia del karma de manera semejante a como una sombra siempre se ajusta a su forma y no disminuirá aunque pasen 100.000 Kalpas.
Es llamativo que el Patriarca nunca negó la cadena de causalidad. En contraste, los ejercitantes de hoy, indiferentes a la práctica, fallan en el reconocimiento de la Compasión del Patriarca o acla-

ración de sus enseñanzas, y todavía se sienten justificados llamándose a sí mismos guías de hombres. Enseñar que la causalidad no existe, es falsear y entrar en conflicto con la ley transmitida por Budas y Patriarcas. Solamente esos ignorantes de la verdadera enseñanza, sostienen tales opiniones.

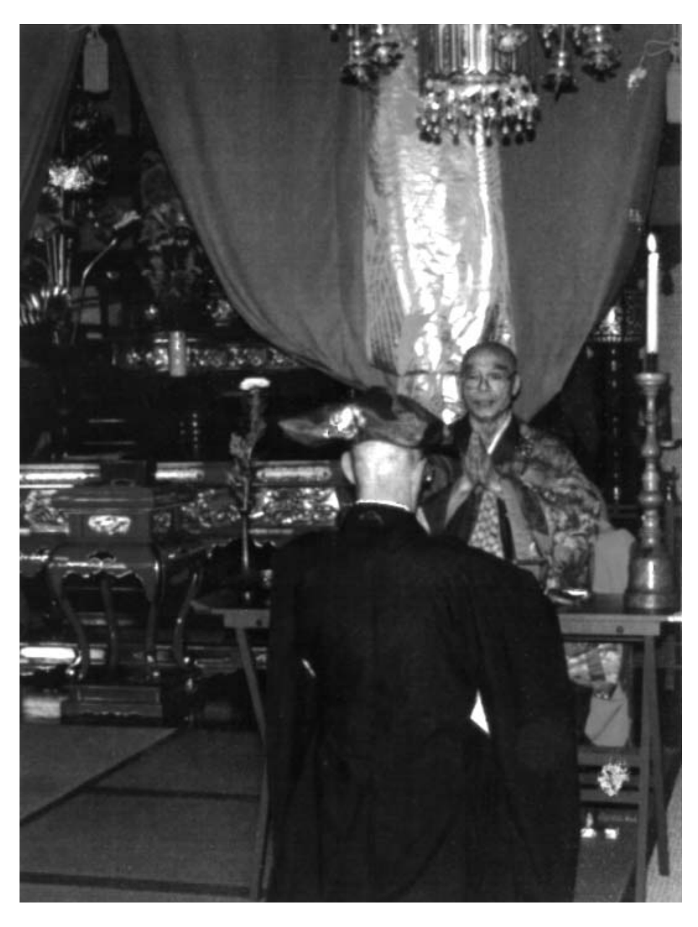
Un sacerdote chino dijo “Además, somos seres humanos y nos hemos encontrado con el Dharma Budista en nuestras vidas presentes, dejemos de lado las futuras existencias que todavía permanecen desconocidas para nosotros.

El maestro zen Hyakujo, afirmó que nadie puede ir más allá del efecto de causalidad enseñándonos que hay un profundo conocimiento de la causación. El principio de causación significa que aquellos que practican bien, realizan la iluminación, tan directo como esto. Debería quedar claro que los que no han maestreado el Dharma, no le expongan.

Los defensores de estas opiniones no son seguidores del Camino Budista. Interpretan el cuerpo y la mente como entidades independientes; arguyen que aunque el cuerpo físico del hombre aparezca en el mundo, su naturaleza interior permanece en el mundo de la iluminación. Además, creyendo que la reunión con la naturaleza original ocurre naturalmente tras la muerte y no habiendo entonces transmigración, concluyen que practicar el Camino es innecesario. Estos son los más ciertos maestros de los no-Budistas.

El anciano buda Wanshi dijo:

Considerarse liberado de la sujeción de la causalidad es permanecer en el campo de la discriminación. No ir más allá de la mente que discrimina, es no entrar en el mundo donde la discriminación obstruye escasamente, por poco tiempo aunque sea.



EL MAESTRO SODEN SHUYU NARITA ORDENANDO A SOKO DAIDO MONJE, TODENJI. JAPÓN, 1989

Wanshi da a entender que no comprendió la causalidad pues él apreció la liberación y la sujeción de la causalidad como la misma cosa.
Creer que después de la muerte nos reuniremos inevitablemente con el gran océano del nirvana, es un error propio de los no creyentes.
Una contradicción que comete Engokokugon en sus versos, es que si niega el principio de causalidad, al tiempo afirma la eternidad de otra cosa. El principio de causalidad es directo: los que cometen errores están en “su infierno”, los que hacen el bien logran la iluminación. Por esto aparecen en el mundo Budas y Patriarcas, así los seres sintientes pueden ver al Buda y oír sus enseñanzas.
Ellos poseen y transmiten la verdadera comprensión de la causalidad. Ni Confucio ni Lao-tzu la poseyeron.
Compilado en el verano de 1255 por Ejo que añadió fueran incompletos estos escritos y su completa versión sería escrita en el futuro.

CAPÍTULO 83

SANJIGO
“Retribución kármica en los tres períodos del tiempo” (Principio de Causalidad).
Durante una peregrinación en la India Central, el Diecinueve Patriarca, Honorable Kumarata, fue preguntado por un hombre virtuoso llamado Gayata, “¿Cómo es que mis padres que siempre han tomado refugio en los Tres Tesoros están constantemente enfermos y su trabajo rinde pobremente, mientras que nuestro vecino está sano y tiene éxito?”
El Honorable Kumarata contestó: “Como muchos otros, desconoces que la retribución kármica ocurre en tres períodos diferentes de

tiempo. Cuando tú ves al compasivo morir joven, mientras el agresivo vive largo tiempo y que el malévolo es feliz mientras el virtuoso es infeliz, tú dudas de la existencia de la causalidad y dejas de ver tales relaciones como causa de felicidad y dolor. Esto es un error. La causalidad está gobernada por un principio semejante al que dicta que una sombra siga a su forma". Esto convenció a Gayata, discípulo de Kumarata que fue el Veinte Patriarca.

El que pierde la fe, debe estudiar rápidamente las enseñanzas de los Patriarcas, evitar la asociación con los ignorantes de la causalidad, la retribución kármica y la existencia de los tres mundos, puesto que son incapaces de distinguir el bien del mal de manera que así se construyen los erróneos puntos de vista.

Corremos el riesgo de construir falsas opiniones y sufrir largos períodos en los tres mundos erróneos, cesar de hacer el bien, perder méritos y convertirnos en incapaces para la iluminación por largo tiempo.

Hemos de reparar todo lo hecho indebidamente mientras tanto, y no buscar el pago de la amabilidad tenida con otros. Los actos de malicia contra los benefactores de uno, se encuentran con la apropiada retribución. Es difícil creer que la compasión manifestada hacia los padres, maestros y todo el mundo, así como actos de veneración a Budas y Patriarcas, no cosechen grandes retribuciones también. Los Practicantes que resuelven hacer el bien, causan la desaparición del mal y viceversa. Si resuelven hacer el mal, el bien desaparece.

Es fundamental para los practicantes, discernir lo verdadero de lo falso. Dudar y negar el principio de causalidad, calumniar los Tres Tesoros, la iluminación y los tres mundos. Es una falsa manera de ver. La vida produce un cuerpo, no dos o tres. Tanto si creamos

mal Karma con intención como si no, mal karma es mal karma, no hay diferencia y la retribución es la misma. Sin embargo los errores premeditados tienen un efecto sumado pues transforman nuestro buen Karma en malo. Las malas intenciones son en sí mismas actividades erróneas. El mal Karma es uno de los tres obstáculos, los otros dos son los deseos mundanos y la retribución kármica. En este sentido el mal karma no disminuye. Crear o no crear Karma, se identifica sólo en relación con cada uno. Sólo los no creyentes le interpretan como esencialmente vacío.
Hay ocho(13) Clases de Karma. Hacer el bien y ver con alegría que otros lo hacen aumenta el buen karma.

(Recopilación: fecha desconocida).

CAPÍTULO 84

SHIME

"Los cuatro caballos"

Un día un no creyente, visitando a Sakiamuni, le preguntó "¿Qué se quiere decir con la cuestión, con o sin palabras?" Sakiamuni permaneció en silencio. Entonces, después de pasar algún tiempo, el no creyente, postrado delante de Buda, dijo: "Debido a tu compasiva enseñanza, he abandonado toda ilusión y visto el Camino Budista claramente ante mí".
Se levantó y se fue.
El Honorable Ananda preguntó al Buda "¿qué encontró el no creyente para causarle la percepción del Camino y venerarte?" Sakiamuni contestó, "Un buen caballo corre con sólo ver la sombra del látigo".

(13). Concernientes al universo y al individuo

Desde que Bodhidharma vino a China, muchos maestros han utilizado esta analogía para enseñar el Camino a los estudiantes. Algunos tardan mucho tiempo antes de percibir el Camino, mientras otros despiertan a la iluminación muy rápidamente. Esta historia es conocida como "El diálogo del no-creyente con Buda".

Está claro que Sakiamuni proclamaba el Camino utilizando tanto el silencio como la palabra. Aquellos que realizan la iluminación como resultado de uno u otra, son parecidos a un buen caballo, uno que corre con sólo ver el látigo. Los que realizan la iluminación sin experimentar una u otra enseñanza, son también como un buen caballo.

El Patriarca Nagarjuna añade que "un buen maestro puede causar lo mismo incluso en aquellos que están enmarañados en erróneas visiones para encontrar el Camino. Cuando lo intentamos con un maestro o un hombre iluminado, todas las cosas actúan como la sombra del látigo guiándonos hacia el Camino. Algunos ven la sombra inmediatamente mientras que otros han de esperar tres o a veces incontables kalpas. Finalmente sin embargo, todos encontrarán el verdadero Camino".

El Samyuta Agama Sutra, dice: "El Buda dijo a la asamblea de monjes: hay cuatro clases de caballos. El primero es un caballo que, sin miedo, obedece los deseos de su jinete con sólo ver la sombra del látigo. El segundo, actuará cuando el látigo suene en el aire. El tercero, cuando el látigo hiera su carne y el cuarto se rendirá sólo cuando el látigo llegue hasta sus huesos.

El primer caballo es como un hombre que realiza la impermanencia cuando aprende de una muerte en un pueblo vecino. El segundo caballo es como un hombre que se da cuenta de ello cuando la muerte ocurre en su propio pueblo. El tercero es como un hombre

que no despierta su mente hasta que la muerte ocurre en su propia familia y el cuarto es como un hombre que despierta su mente sólo cuando su propia muerte es inminente”.
Sin haber aclarado esta enseñanza, no podemos considerarnos guías espirituales de los hombres.
En el Maha-paranirvana-Sutra, aparece, “El Buda dijo: hay cuatro maneras de controlar a un caballo. La primera golpear el aire, la segunda su piel, la tercera su carne y la cuarta sus huesos. Las intenciones del jinete se le revelan al caballo por la localización del golpe. De forma similar, el Buda usa cuatro medios para guiar a los seres sintientes al Camino. El primero, es exponer la ley del nacimiento, que es parecido a un caballo que encuentra la senda como resultado de haber oído en el aire el golpe del jinete. El segundo, consiste en sólo exponer la ley de la vejez; es como un caballo que hace lo correcto, después de haber recibido el golpe sobre su piel. El tercero, es exponer además la ley de la enfermedad; es como golpear la carne del caballo. El cuarto consiste en incluir la muerte en la explicación; es como golpear al caballo en los huesos. Un jinete, sin embargo, no siempre obtiene éxito guiando un caballo por el camino correcto. Sakiamuni, por otro lado, nunca fallaba guiando a los seres sintientes hacia el Camino. Por eso es conocido como “El Gran Controlador de hombres”.
Los maestros de la transmisión correcta, creen ser una fusta, un látigo, aunque no se trata de usar solamente eso. Diferentes situaciones requieren diferentes medios.
Las personas receptivas, realizan el Camino sólo escuchando una enseñanza sobre la ley del nacimiento, otros cuando les es explicada la vejez, otros la enfermedad y otros la muerte.
Fue Sakiamuni mismo quien proclamó estas cuatro leyes del sufri-

miento. No para romper la unidad de los hombres, ni para establecer una norma del Camino, sino como un medio para guiar a los sintientes al Camino.

Compilado y transcrito por Ejo, 1255.

CAPÍTULO 85

SHIZEN BIKU

“Un monje en el cuarto nivel del samadhi”

Lo siguiente fue tomado del Daichido-ron, volumen 7° “El Patriarca Nagarjuna (13 Patriarca), dijo: uno de los discípulos de Buda se hizo orgulloso cuando logró el cuarto nivel de samadhi porque equivocadamente creyó haber conseguido el cuarto nivel del estado de Arat. Cometió el mismo error cuando consiguió cada uno de los anteriores tres niveles del samadhi creyendo que correspondían al estado de Arat. Finalmente cuando consiguió el cuarto nivel, se hizo tan orgulloso, que cesó de practicar completamente. Cuando este discípulo iba a morir, el chu-e asociado (período de tiempo anterior a la muerte) con el cuarto nivel de samadhi, apareció ante él. Al principio le confundió pero pensó “No puedo entrar en el Nirvana. El Buda me ha engañado”. Como resultado de este error, el chu-e asociado con el cuarto nivel de samadhi, desapareció conduciéndole a la aparición del infierno donde nació de nuevo.[14]

La asamblea de monjes, preguntó al Buda, “¿Dónde renació el monje?” Buda replicó que en el infierno. Sorprendidos, los monjes dijeron “Pero si este monje concienzudamente hizo zazen y observó los preceptos, ¿por qué renació en el infierno?” El Buda contestó: “Este monje creyó que había obtenido el estado de Arat

(14). Transmigración de la mente. Estados de la consciencia superficial.

cuando era el cuarto nivel de samadhi. Se puso orgulloso de esta hazaña y entonces, en el momento de morir el chu-e asociado con el cuarto estado de samadhi apareció y él pensó “Soy un Arat y sin embargo voy a renacer como un humano, el Buda me ha engañado”. Fue por aferrarse a este punto de vista falso por lo que cayó en el infierno. Y el Buda continuó con el siguiente verso:

El estudio del Dharma, la observación de los preceptos y la práctica del zazen, no pueden, dentro de ellos mismos, eliminar los deseos mundanos. Aunque hay gran mérito en esas prácticas, todavía encontramos dificultad en tener fe en ellas. Este monje calumnió al Buda por eso cayó en el infierno.(15)

Este monje es conocido como el monje del cuarto nivel del samadhi, monje autopensado, autoinspirado. La lección está en no confundir el cuarto nivel del samadhi con el estado de Arat. Esta historia se utiliza para ridiculizar a los que se confunden y toman falsos estados por verdaderos.

Este monje cometió tres errores. Primeramente no era capaz de distinguir entre los niveles de samadhi y los de Arat y esto ocurrió porque él, un autoinspirado, nunca practicó bajo la solicitud de un maestro. Por tanto nunca escuchó la verdadera Ley. Era afortunado por vivir en el tiempo de Sakiamuni, al que todavía no había visitado o escuchado, o bien a uno de los Grandes Arats. Continuó practicando solo y como resultado, cayó víctima del orgullo.

En segundo lugar creyó que había logrado el cuarto nivel del estado de Arat cuando había llegado al de samadhi. Un gran error porque los últimos estados están muy lejos bajo los anteriores. Cometió estos errores por autodidacta.

(15). De la duda. Nota del T.E

Un antiguo maestro dijo una vez “Hablando en general, los estudiantes de las enseñanzas de Buda, conocen su nivel de logro de la iluminación e igualmente y por lo mismo, cuando las construyen falsas, aunque finalmente lleguen a la iluminación”. Con el conocimiento de las enseñanzas de Buda, incluso alguien con falsos puntos de vista, es protegido de sus autoengaños o los engaños de otros.
Hay una historia de otro monje que erróneamente creyó haber logrado la Budeidad esperando a ver la estrella de la mañana (como le había ocurrido a Sakiamuni). Esperó mucho tiempo. Dándose cuenta de su error aunque no del todo, se encolerizó por la crítica que alguien le hizo, con lo que también se dio cuenta de no haber realizado este nivel pensando estaba en el tercero. Finalmente, cuando vio a una joven, fue dominado por el deseo sexual dándose cuenta de que no había conseguido ni siquiera el primer nivel de estado de Arat.
Alguien, como este monje, versado en el Dharma Budista puede reconocer sus errores y rectificarlos rápidamente. El ignorante no puede hacerlo, se mantiene en la niebla sujeto a interminables transmigraciones. Este monje no calumnió al Buda en el momento de morir, el chu-in (después de morir) asociado al cuarto nivel del samadhi, le permitió darse cuenta de su error, arrepentirse y afirmar su fe.
En los últimos tiempos, hay gente que cree que el Confucionismo, el Taoísmo y el Budismo son una misma cosa. Obviamente estas gentes son ignorantes de las enseñanzas de Buda.
Debido a que la iluminación de Buda abarca todo el mundo, incluso una brizna de hierba manifiesta la iluminación. Puesto que subjetividad y objetividad están incorporadas a esta iluminación,

montañas, ríos, tierra, sol, luna, estrellas, las cuatro ilusiones”[16] y los tres venenos[17], la expresan. Las cuatro ilusiones y los tres venenos entonces, son parte del Darma y el Tatagata puede ser visto en las montañas y en los ríos; una brizna de hierba, encarna la verdad completa y cada acto espontáneo, es una manifestación de la suprema iluminación. Estos dichos son la transmisión Patriarcal pero hay que poder verlo en la dirección opuesta. Cuando vemos el mundo completo, vemos una brizna de hierba y así todo lo demás.

El no-Budista Lun-li postrado ante el Buda, solicitó entrar en la comunidad de los monjes y Buda le respondió así:

Atrapado en tus propias opiniones
Cada una, denuncia el camino de otros.
En la ignorancia, méritos y deméritos, luchan.
Los ganadores, premiados, con arrogancia, los perdedores con abatimiento
Un hombre sabio no toma partido.
¡Lun-li! ¡Deberías saberlo!
El Camino de mis discípulos, transciende la forma y la no-forma.
¿Qué buscas entonces?
Rechazar mi enseñanza, es rechazar la Verdad.
Es difícil aclarar la Verdad.
Para hacerlo debemos abandonar a nosotros mismos.

Compilado por Ejo, 1255.

(16). La ilusión de que en el mundo de los fenómenos o formas es permanente, de que la existencia mundana es divertida alegre. De que los fenómenos o formas son puras. Y la ilusión de la identidad individual.
(17). Codicia, colera e ignorancia.

CAPÍTULO 86

IPPYAKU-HACHI HOMYO-MON

“Las ciento ocho brillantes enseñanzas del Darma”

Para los que desean renacer como seres humanos.”[18]

1.- Tener recta fe para fortalecer una mente firme.
2.- Tener una mente pura para prevenir manchas.
3.- Ser alegre porque es el resultado de una mente en paz.
4.- Desear aprender la verdad porque purifica la mente.
5.- Recta acción porque es el resultado de la correcta acción física, la palabra y el pensamiento.
6.- Recta palabra porque protege contra los renacimientos en los cuatro mundos inferiores, del sufrimiento infernal, de los fantasmas hambrientos, de los animales y los guerreros.
7.- Recto pensamiento, porque destruye la cólera, la codicia y la ignorancia.
8.- Atención constante sobre el Buda porque en sí mismo es pureza.
9.- Atención constante sobre el Darma porque en sí mismo es pureza.
10.- Atención constante sobre la Sanga porque guía inevitablemente a la verdad.
11.- Atención constante sobre la caridad porque se hace sin ideas de recompensa.
12.- Atención constante a los preceptos porque son la actualización de nuestras aspiraciones.
13.- Atención constante al universo porque inspira la mente.

(18). Realizar la verdadera naturaleza humana. Nota del T.E.

14.- Compasión porque despierta la bondad en los demás.
15.- Benevolencia porque alivia los agobios de otros y protege de las ofensas.
16.- Alegría, porque elimina la tristeza y permite conectar con la alegría de otros.
17.- Desapego, porque permite transcender los cinco deseos.
18.- Realización de la impermanencia porque revela los deseos de los tres mundos.
19.- Comprender el sufrimiento porque extingue los malos deseos.
20.- Realización del no-yo porque da la libertad.
21.- Samadhi, porque da la claridad a la mente.
22.- Vergüenza porque aquieta la mente.
23.- Remordimiento porque corta las acciones erróneas.
24.- Sinceridad porque previene el engaño.
25.- Honestidad porque previene el auto-engaño.
26.- Actuar de acuerdo con el Darma porque es el Camino del Darma.
27.- Tomar refugio en los Tres Tesoros porque purifica los tres mundos inferiores: sufrimiento infernal, codicia fantasmal e instinto animal.
28.- Gratitud, porque cultiva la bondad.
29.- Corresponder a nuestros benefactores porque así otros no les engañarán.
30.- No engañarse a uno mismo porque previene la autoalabanza.
31.- Otorgar beneficios a los demás porque así prevenimos la calumnia.
32.- Afición al Darma porque conduce a la verdad.
33.- Atención instantánea, porque previene las conversaciones frí-

volas.

34.- Autocontrol, porque adelanta la sabiduría.

35.- Expulsar de la mente todo lo malo, porque protege a todos.

36.- Destrucción de los obstáculos de la mente porque disminuye las dudas.

37.- Tener fe en las enseñanzas de Buda porque nos hace capaces de discernir la verdad y la realización de la iluminación.

38.- La contemplación de la impureza porque purga la mente de deseos mundanos.

39.- Cordialidad porque previene la conflictividad.

40.- Clara comprensión de la verdad porque previene quitar la vida.

41.- Seguimiento del Darma porque permite la práctica sin obstáculos.

42.- Amar el Darma porque ilumina el Camino.

43.- Desear escuchar el Darma porque manifiesta la verdad de todas las cosas.

44.- Práctica correcta porque de ella resulta la acción justa.

45.- El conocimiento de que el cuerpo físico existe sólo como resultado de la fusión temporal de los cuatro elementos y los cinco skandas porque esto aclara la mente de dudas.

46.- Extirpar la causa de la desilusión porque es guía de iluminación.

47.- Transcender ambos sentimientos, de amor y odio porque así evitamos discriminar.

48.- Observar atentamente la existencia temporal de los 6 órganos de los sentidos porque esto nos permite reconocer el sufrimiento.

49.- Caer en la cuenta de que esencialmente todas las cosas son lo

mismo porque nos permite realizar la fusión temporal de todo.

50.- Reconocimiento de la verdadera naturaleza de todas las cosas porque esto produce la práctica adecuada.

51.- La realización de que ningún nacimiento o muerte existen porque esto es iluminación.

52.- La observación de las impurezas del cuerpo porque esto hace que todas las cosas estén tranquilas.

53.- La realización de que toda sensación es sufrimiento porque esto permite librarse de los sentimientos de engaño.

54.- El conocimiento de la impermanencia de la mente porque permite darnos cuenta de la mente ilusoria.

55.- Darse cuenta del fluir de todas las cosas porque permite la sabiduría sin mancha.

56.- La práctica de las cuatro clases de esfuerzo (abandonar y prevenir el demérito, producir e incrementar el mérito) porque extingue el mal y promueve el bien.

57.- Practicar las cuatro bases para el samadhi (voluntad, esfuerzo, pensamiento, investigación) porque iluminan cuerpo y mente.

58.- Tener fe en los Tres Tesoros porque previene la creencia en enseñanzas que no son Budistas.

59.- Afición al Budismo porque extiende la sabiduría.

60.- Mantener la atención a las enseñanzas de Buda por promover el bien.

61.- Practicar el samadhi porque purifica la mente.

62.- Practicar la sabiduría porque permite la verdadera percepción de todo.

63.- Practicar el poder de la fe porque permite transcender el mal.

64.- Practicar la diligencia porque previene retrocesos en la práctica.
65.- Practicar el poder de la atención porque promueve la independencia de la mente.
66.- Practicar el poder del samadhi porque extingue el pensamiento no esencial.
67.- Practicar el poder de la sabiduría porque nos permite transcender los puntos de vista opuestos (en Budismo, creer que alguna cosa existe o está vacía).
68.- Practicar la armonía del samadhi y la sabiduría porque manifiestan la verdadera naturaleza de todas las cosas.
69.- Practicar la sabiduría de la verdad porque ilumina todas las cosas.
70.- Practicar la diligencia porque revela la verdad.
71.- Practicar el buen humor porque crea estabilidad espiritual.
72.- Practicar la tranquilidad del cuerpo y la mente porque produce la actitud justa.
73.- Practicar el recto samadhi porque permite la no discriminación.
74.- Practicar el desapego porque transciende el apego a los fenómenos.
75.- Practicar la recta comprensión del Darma porque permite la iluminación.
76.- Practicar la discreción porque transciende discriminación y no discriminación.
77.- Practicar la recta palabra porque nos permite la no discriminativa observación y uso de los nombres, palabras y sonidos.
78.- Practicar los medios de vida justos porque elimina malas acciones.

79.- Practicar la recta acción porque guía hacia la iluminación.
80.- Practicar la reflexión cuidadosa porque guía hacia pensamientos no discriminadores.
81.- Practicar el recto samadhi porque elimina la confusión de la mente.
82.- Practicar la mente que busca al Buda porque defiende los Tres Tesoros.
83.- Practicar seguir las enseñanzas de salvación (Mahayana) porque previene seguir las del Hinayana.
84.- Practicar rectas creencias porque nos permiten la realización del Darma.
85.- Practicar defender el bien porque así se llega a la realización del bien.
86.- Practicar la proclamación de la Ley (Darma Paramita) porque gradualmente Buda (la mente búdica) se manifiesta y el Budismo se extiende por todas las tierras salvando a otros de la codicia.
87.- Practicar la observación de los preceptos (sila paramita) porque eliminan la desgracia causada por el mal y previene a otros de romper los preceptos.
88.- Practicar la perseverancia (ksanti paramita) porque nos capacita para la liberación de la cólera, egoísmo, la adulación, el ridículo y permite salvar a todos los seres sintientes del mal.
89.- Practicar la diligencia (Virya paramita) porque realizándose el bien previene a otros hacerse indiferentes a la práctica.
90.- Practicar la meditación (Dhyana paramita samadhi) que conduce a la realización de todas las formas de samadhi y asiste a los confusos.
91.- Practicar la sabiduría (Prajna paramita) porque libera de la

ilusión basada en la ignorancia de la verdad y las malas ideas del apego.

92.- Practicar la habilidad de enseñar porque capacita a otros a comprender el Darma de acuerdo con su propia capacidad.

93.- Practicar los Cuatro Caminos de la Emancipación (Dar limosna espiritual y material, amar la prédica, beneficiar a todos los seres con la buena conducta del cuerpo, la mente y la palabra, asumir la misma forma que los seres sintientes para que sean beneficiados) que aseguran la iluminación propia y ajena.

94.- Practicar beneficiar a los demás porque previene contra la fascinación con promociones personales en favor de ayudar a otros.

95.- Comprender la Ley porque esto destruye la desilusión de otros.

96.- Ahorrar energía porque esto beneficia también a otros.

97.- Practicar samadhi (meditación) porque realiza los diez poderes: Como tener afección creciente por las enseñanzas de Buda y el desapego.

Habilidad para modificar la conducta de otros e instruirlos.

Satisfacer sus deseos, cesar en esfuerzos, disponer de variadas maneras de transmitir el Darma y practicar, guiar hacia la Budeidad, orientar a cualquiera con una simple frase.

98.- Practicar alcanzar la pacificación (nirvana) porque emana la iluminación del Tatagata.

99.- Practicar la sabiduría del Buda porque es sabiduría omnisciente

100.- Practicar exponer el Darma sin reservas porque aclara la verdad.

101.-Practicar recta actitud porque permite retener las enseñanzas de Buda.
102.-Practicar el poder del Darma porque permite retener las enseñanzas de Buda.
103.-Practicarla habilidad para enseñar libremente la Ley porque causa alegría en los seres sintientes todos.
104.-Practicar estabilidad en la práctica porque armoniza con el Darma.
105.-Practicar el logro del Darmata porque es el logro de Buda.
106.- Practicar el logro del estado de no regresión de la práctica porque encarna las enseñanzas de Buda.
107.- Practicar la sabiduría que nos permite progresar por etapas, dándonos junto a ello abhiseka (ceremonias de iniciación y progreso) y adquisición de conocimientos.
108.-Practicar el logro de abhiseka porque asegura una futura suprema iluminación.

(Fecha desconocida).

CAPÍTULO 87

HACHI DAI-NIN-GAKU

“Los ocho medios de la iluminación”

Los Budas del pasado fueron seres iluminados. Su gran iluminación es atribuida a haber maestreado los ocho significados o medios hacia el nirvana como seres humanos. Fueron aclarados por el Buda Sakiamuni mismo en su enseñanza final antes de entrar en el paranirvana.

El primero es liberarse de la codicia y de los cinco deseos como ganancias materiales: deseos sexuales, comidas, fama, fortuna, y

sueño. Buda dijo: los insensibles a la codicia se verán libres de la atadura a los cinco órganos de los sentidos (sensualidad dominante).
El segundo es la satisfacción. Es como decir estar harto de cualquier cosa que te den.
El tercero es que disfrutes con la serenidad; vivir en solitario, alejados del mundo del sufrimiento. Un hombre atacado por los deseos mundanos es parecido a un elefante atrapado en el barro; ambos son incapaces de liberarse para finalmente ser destrozados.
El cuarto es diligencia, esforzarse constantemente en hacer el bien y remover los obstáculos. Frotar intermitentemente dos maderas no producirá fuego.
El quinto es preservar la sabiduría del Darma que es recogimiento espiritual en la experiencia del Darma.
El sexto es la práctica del samadhi, es decir, íntima adhesión al Dharma. Aprender a controlar la mente capacita para la práctica del samadhi y comprender el verdadero estado de vida y muerte, las varias formas de samadhi que centran la mente y previenen la distracción; como el embalse previene las fugas de agua, el samadhi previene las fugas de sabiduría.
La séptima es la práctica de la Sabiduría como resultado de haber practicado el Darma. El hombre sabio está libre del apego a la codicia.
La octava es abstenerse de conversaciones frívolas que es transcender el pensamiento discriminativo y buscar la comprensión de la verdadera naturaleza de todas las cosas, el nirvana y sus bromas.
Estos medios son las finales enseñanzas de Sakiamuni y son el corazón, el centro del Mahayana. Proclamadas a media noche el

15 de febrero fueron también sus últimas palabras permaneciendo en silencio hasta entrar en el paranirvana.

Escrito en Eiheiji en Enero de 1253.También son las últimas palabras escritas de Dogen que entró en el nirvana la noche del 28 de Agosto del mismo año, 1253.

CAPÍTULO 88

BENDOWA

“Consideraciones sobre la práctica budista”

Escrito en 1231 en la pequeña ermita de Anyoin en donde se estableció Dogen recién llegado de China. Éste es el primer libro del Shobogenzo. No pudo volver a Kenninji porque los monjes le acusaron de “innovador” y él a ellos de “dejarse atrapar por disputas doctrinales y rituales”.

Budas y Tatagatas tienen la magnífica habilidad de lograr la suprema y perfecta iluminación que transmiten de uno a otro sin alteración. Ella transciende y no está limitada por ningún artificio humano; se trata del Jijuyu samadhi”(19), el método adecuado y normalizado de la transmisión de Buda a Buda.

Para conseguir este samadhi, debes entrar por la verdadera puerta del Zazen, el mejor método de manifestación de la iluminación. Está presente, esta consciencia, en toda la gente pero si no es por la práctica, no puede manifestarse y si no hay realización, no puede percibirse.

Uno o muchos, horizontal o vertical, no hay manera de limitarla o describirla. Habla y ya está llena tu boca, déjalo ir y llenará tus

(19). El autodeleite de los despiertos, autorrealización, la consumación de las experiencias espirituales. Nota del Traductor Español

manos. Los Budas existen en medio del Jijuyu samadhi sin apego; los seres sintientes también están en eso pero no se dan cuenta de cómo sus consciencias y percepciones funcionan. Por este samadhi, podemos encontrar la verdadera realidad y conseguir la perfecta armonía, precisamente abandonando la discriminación.
Después de comenzar a buscar el Camino, visité a varios maestros del país, intentando encontrar respuesta a mis preguntas. Encontré al bonzo Myozen en Kenninji (Kyoto), estudiando con él nueve años. Era el jefe de los discípulos del Patriarca Eisai (1141-1215, Fundador de la Escuela Rinzai Japonesa) y Myozen, el único al que transmidó su maestro el Darma.
Entonces fui a China.
Todos los Budas y Patriarcas que han preservado el Darma Budista, insisten en que sentados en Jijuyu samadhi, está el Camino para lograr la iluminación. Tanto en India como en China, todos cuantos lograron la iluminación siguieron esta práctica. La transmisión de maestro a discípulo, se basa en la recepción y preservación de este samadhi.
De acuerdo con la auténtica tradición, esta transmisión, es el Darma Budista completo. Justo desde el comienzo de vuestro estudio con un verdadero maestro y la recepción de sus enseñanzas, no es indispensable quemar incienso, hacer postraciones, recitar el nembutsu, practicar disciplina o estudiar los sutras. Simplemente dejar caer, soltar, cuerpo y mente.
Incluso si os sentáis sólo un momento en jijuyu samadhi, el sello de la mente de Buda queda impreso en vuestro cuerpo, mente y palabras. Simultáneamente, el mundo fenomenal (de las apariencias, de la forma) también es impreso con el sello de Buda y todo el espacio es iluminación.

La alegría iluminada de los Tatagatas, aumenta y sus maravillosos atributos se renuevan por sí mismos.
Más aún, todos los seres en las diez direcciones del universo, de los tres senderos, de los seis mundos (de la transmigración) son puros y brillantes de cuerpo y mente, comprenden la liberación perfecta y manifiestan su forma original como la iluminación de Buda. Esto es la variedad de los fenómenos; los objetos en sí mismos son la iluminación de Buda, su cuerpo, su meditación bajo el árbol de la Bodhi (sabiduría), su girar de la rueda de la Ley, todo ello revela la forma más profunda de prajna (sabiduría).
Además, los iluminados tienen la habilidad de transferir méritos o virtudes a otros buscadores del Camino[20] y la gente que se sienta en Zazen, participa de la verdad adquirida por Buda de manera que “dejan caer cuerpo y mente” y el resto de las ataduras humanas. Su sabiduría interior, penetra hasta la más pequeña mota de polvo, cultivando, perfeccionando, desarrollando la Budeidad de cada Darma. Tierra, árboles y hierbas, setos, vallas y tejas, el reino completo del Darmadhatu o mundo de los fenómenos-formas, puede ser percibido desde el punto de vista de la iluminación para hacer el trabajo de Buda. Todo el mundo, inconscientemente, recibe beneficios del viento y el agua; de manera parecida, debido a la habilidad de transferir, todos los hombres reciben el imperceptible beneficio de los Budas, sorprendente e incomprensible enseñanza, llegando a ser capaces de manifestar su innata iluminación que se extiende por todo el universo y se transforma en el mérito de Buda, el inextricable, infinito, incesante e inconcebible Darma Budista. Sin embargo no se piense que esta realización ocurre conscientemente en el

(20). Habilidad llamada Parinama.

Zazen; el verdadero despertar emerge a través de la absoluta quiescencia, más allá de la consciencia.
Si pensáis que práctica e iluminación son diferentes como lo hace la gente corriente, entonces, ellos tendrán cierta clase de mutua percepción entre el practicante de Zen y su iluminación. Esto es falso porque hay no-discriminación en medio de la iluminación. Aunque floten perturbaciones e ilusiones, dentro y fuera, durante el Zazen, en medio del jijuyu samadhi son transformadas en iluminación, no interfiriéndose ni perturbándose con cosa alguna. Todo ello es el trabajo de Buda, extremadamente profundo e infinitamente fuerte. Su poder penetra los árboles, las hierbas y la tierra; todos ellos hacen brillantemente y proclaman el profundo e incomprensible Darma para todo el mundo. Lo contrario, también es verdad. Además, son penetradas las fronteras entre la autoiluminación de uno y la de otros; todo trabaja recíprocamente. Incluso Zazen practicado por corto tiempo por una persona, vivifica y unifica todas las formas de existencia. Abarca el tiempo infinito y perfora el pasado, el presente y el futuro mientras simultáneamente, trabaja incesantemente por la iluminación de todos los seres sintientes. Budas, seres sintientes y fenómenos tienen sólo una forma de práctica y una indiferenciada iluminación. No es justo limitar la práctica al sólo Zazen (sentado). Escuchar el eco de la vacuidad es como el maravilloso sonido de un mazo antes y después de golpear la campana. (El sonido de la campana simboliza la actual práctica del Zazen. Sin embargo hemos de ser capaces de percibir Sunyata en cualquier momento; “ambos, antes y después” que la campana es tocada).
Preguntas y respuestas.
P - Un necio pregunta “Hay varias diferentes escuelas en el Budis-

mo; ¿por qué proponen sólo la práctica de Zazen?
R - Porque es la puerta adecuada al Camino Budista.
P - Pero ¿por qué?
R - Más allá de toda duda, Sakiamuni pensó, que zazen era el mejor medio para realizar la iluminación. Funda el Camino en el Zazen y en que éste sea transmitido por sus discípulos.
P - Para la gente corriente parece difícil. ¿No sería mejor practicar el Nembutsu o cantar los Sutras en orden a conseguir ayudar a la iluminación? No es una pérdida de tiempo sentarse con las piernas cruzadas sin hacer nada?
R - Su pregunta deforma el Mahayana. Es una ilusión comparable a estar en el océano y decir que no es agua. Afortunadamente, todos los Budas han confirmado el Zazen como la realización del Camino, sentados en Jijuyo samadhi. No es mérito propio beneficiarse a sí mismos y a los demás. Es una pena no darse cuenta de que tu ojo de Buda no está abierto y que estás intoxicado por las cosas del mundo.
La Verdad, el estado de Tatagata, es totalmente incomprensible. Sólo una persona de gran talento y fe, puede aproximarse. Es extremadamente difícil, quizás imposible, para una persona indigna o desconfiada, acercarse. Incluso en el Pico de los Buitres, cuando Sakiamuni dio el Sutra del Loto, aconsejó a algunos abandonar. Así y todo, si se aspira con fe firme, se estudia y practica Zazen, si no buscas el Camino te preguntarás por qué no has recibido los beneficios del Darma pasado de mano en mano por generaciones.
¿Realmente crees que se gana algún mérito recitando los sutras o el nembutsu? Pensar que mover la lengua o alzar la voz tiene el mismo mérito que Zazen, no es más que desorientación.

Debes darte cuenta de que el magnífico Darma de los últimos siete Budas sólo puede ser recibido y preservado, cuando es transmido por un maestro iluminado a un serio discípulo de recto pensamiento. Los que se ocupan en estudiar sólo los sutras o leer literatura, nunca atraparán esto, por lo que es necesario abandonar todas la dudas y sospechas, seguir a su verdadero maestro y lograr el Jijuyu samadhi. Para recibir y transmitir la enseñanza de Buda, es necesario tener un maestro que posea el sello de la iluminación. Abandonar todo concepto, concentrarse con una sola mente en zazen e ir más allá de las ideas sobre la iluminación o la ilusión, la emoción o la razón. Entonces estarás a punto para trabajar libremente y hacer uso de la gran iluminación.

P - Se dice que todos los Bodhisattvas practican desde el principio de su vida religiosa ambos samadhis, los tres dpos de aprendizaje (preceptos, concentración y sabiduría (meditación). Los seis paramitas (compasión, preceptos, paciencia, diligente esfuerzo, meditación y sabiduría), sin tener en cuenta si son brillantes o poco dotados. ¿En qué basa su afirmación de que el Verdadero Darma del Tatagata se centra en el Zazen?

R - Hay muchos monjes y laicos en el monasterio de Shorinji, ignorantes del Verdadero Darma de Buda, que consideran al Gran Maestro Bodhidarma como nada más que un monje indio que puso especial énfasis en la práctica del Zazen. Sin embargo, el Verdadero Darma ha pasado de mano en mano, directamente, desde Mahakasyapa. Definitivamente establecemos que Zazen es el incomparable Camino del Verdadero Darma.

P - El Zazen puede ser un efectivo camino de práctica para los que todavía no han realizado la iluminación, pero ¿qué me dice sobre los que ya están iluminados?

R - Es un punto de vista propio de los no creyentes que la práctica y la iluminación son más que una sola cosa. La práctica es, en ella misma, iluminación, incluso en el que al principio resuelve la búsqueda del Camino, ya contiene la completa y perfecta iluminación. No hay iluminación aparte de la práctica. Es importante darse cuenta de esto. Ya que la práctica es iluminación, iluminación, es sin final y la práctica, sin principio. Contienen la original e innata iluminación. No abandonar la práctica, como hicieron Budas y Patriarcas. Aunque se haya interrumpido la consciencia de la iluminación origina, la práctica llena cuerpo y mente emergiendo como verdadera práctica. Pero no aferrarse.
P - ¿Qué puede decirme sobre grandes maestros del pasado como Dengyo Daishi y Kobo Daishi que vinieron de China y transmitieron el Darma pero sólo la doctrina e ignorando Zazen ?
R - El tiempo no estaba aún maduro para la propagación del Zazen.
P - ¿Cree que lo maestros actuales comprenden los méritos del Zazen?
R - Si los comprenden harán que sean conocidos.
P - ¿Qué decir sobre el ciclo de la vida y de la muerte, significa que aunque el cuerpo muera la mente nunca desaparece?
R - Es un punto de vista erróneo y estúpido, que la mente permanezca. En Budismo cuerpo y mente no son dos cosas diferentes, como no hay nirvana aparte de la vida y de la muerte. Si, erróneamente, piensas que la mente es eterna y que tener la Sabiduría Budista, está más allá de la vida y de la muerte, estarás reconociendo que la mente que estás usando, se fundamenta en el ciclo de la vida y de la muerte. Esto es muy superficial.
No se piense que el ciclo de la vida y la muerte puede ser eliminado,

es un error serio creerlo. Está claro que esta Mente es la puerta original de las verdaderas enseñanzas del Budismo e incluye la esencia (una) de los fenómenos que por ningún medio puede dividirse en diferentes aspectos, como cuerpo y mente, vida y muerte, iluminación o nirvana. Todos los fenómenos, la miríada de formas de existencia, son esta sola Mente; nada se excluye. Ésta es la manera en que los Budistas interpretan la mente.

P - ¿Es necesario para los que practican Zazen, ser estrictos cumplidores de los preceptos Budistas?

R - Tomar los preceptos y llevar una vida pura, son las normas de la Escuela Zen y los atributos de Budas y Patriarcas.

P - ¿Es permisible para los que practican Zazen, utilizar mantras o la contemplación paso a paso, (kin-hin)?

R - Es imposible catalogar los innumerables caminos que los Budas han practicado, pero todos han practicado Zazen.

Y así hace estas afirmaciones Dogen, tras largas y premiosas preguntas:

No hay que hacer distinciones entre hombre y mujer.

No hay que hacer distinciones entre altas o bajas posiciones.

Lo importante es la firmeza y no el estado laico o de monje.

Las obligaciones sociales o los trabajos del mundo, no son obstáculo o impedimento para el Darma Budista. Cuando hay iluminación, se sabe con claridad, tanta como distingues cuando bebes agua caliente o fría. La iluminación no depende de conocimientos, palabras o sutras, es una actitud mental justa.

P - Algunos dicen que si comprendemos totalmente el significado de “Nuestra mente es Buda” no hay necesidad de cantar sutras o practicar físicamente pues percibiendo simplemente nuestro innato Buda-Darma logramos el Camino Budista en su totalidad. No

necesitamos buscar en lo demás. ¿Es realmente necesario pues practicar Zazen?
R - Si lo que dices fuera correcto casi todo el mundo podría atrapar el Darma. El Camino de Buda es practicar y estudiar, abandonando el dualismo de yo y los otros. No se logra el Darma Budista con sólo comprender que nuestra mente es Buda. Cuando encuentras un buen maestro, sigues las instrucciones y te esfuerzas en practicar Zazen; no aferrarse a comprensiones superficiales. Así, el Camino del Darma Budista, emerge y no será en vano.
P - En las Crónicas de India y China, aparecen casos de iluminación por un sonido, mirando una flor, o como Sakiamuni, a la vista de la estrella de la mañana, o el ondear de una bandera... por una palabra o frase. ¿Es cierto que esta gente practicaba Zazen?
R - Cierto que practicaban la Vía del Zazen; abandonaron la discriminación de todas las cosas y fueron más allá de la dualidad.
El Budismo en Japón está atrapado en disputas doctrinales y rituales resultando de ello una situación desordenada.
Puedes vivir en una ermita entre rocas, vestido de harapos, con tu cuenco de mendigo haciendo Zazen y te darás cuenta de la ilimitada sabiduría de Buda y penetrarás el gran asunto de la vida y la muerte. Ésta es la enseñanza de Ryuge y el legado de Mahakasyapa. El método del Zazen lo expliqué en el Fukanzazenji.
No es necesario esperar a que vengan otros tiempos o lugares para propagar el Camino de Budas y Patriarcas.

Escribí este tratado para todos los buscadores del Verdadero Carnino.

CAPÍTULO 89

BODAISSATTA SHISHOBO
"Las cuatro acciones del Bodhisattva que benefician a los seres humanos"
Fuse: hacer donativos
Aigo: palabras amables
Rigyo: Cuidados (cuerpo, palabra, mente)
Doji: armonización con los seres a los que se ayuda.
Fuse: Dar sin codicia, halago, ansiedad, malicia, bienes materiales o espirituales, sin mirar a quien, como a uno mismo. Es buen ejemplo. Sin tener en cuenta tamaño o clase. Esta práctica conduce, llegado el momento, a cambiarlo todo. La mente cambia los materiales, los materiales cambian la mente. Así es como ambos se convierten en Fuse.
Aigo: significa que cuando vemos a los seres sintientes, nuestra compasión aflora naturalmente y nos salen amables palabras.
En el Budismo tenemos la palabra "chincho", que significa tener cuidado de uno mismo. Para las personas mayores el agradecimiento fushin y les preguntamos cómo están, cómo se sienten.
Cuando practicamos Aigo, podemos hacer sonreír a los demás. Tiene el gran poder de cambiar situaciones.
Rigyo: Significa cuidar, tener cuidado en cada situación de cualquier persona sin discriminaciones de clase, posición o mérito. Con esta mente podemos encontrar esta práctica tan natural como los árboles, el viento o el agua.
Doji: Significa no diferenciarse uno mismo de los demás en el sentido de Sakiamuni, que gastó su vida como un ser humano en las acciones de Doji. Cuando conocemos Doji, estamos al mismo

tiempo con nosotros y con los demás, armónicamente. A veces la armonía comienza por los otros, a veces por nosotros. Éstas son nuestras relaciones con el tiempo.
Estas cuatro prácticas del Bodhisattva no son independientes entre sí, sino que se combinan. Lo indispensable es hacerlo todo con mente abierta y flexible.

Escrito por Dogen, transmisor del Darma del los Sung de China en Mayo, 1243.

CAPÍTULO 90

HOKKE TEN HOKKE

"Sólo una verdadera flor muestra su verdadero aspecto"

La tierra de Buda se extiende en las diez direcciones y abarca el mundo entero. Todos los países tienen la verdadera flor, la hermosa y limpia verdad. Todos los Budas en las diez direcciones y en los tres mundos (forma, vacío y apego) que consiguieron la suprema iluminación, enseñan su verdadero rostro y su verdadero aspecto.
Un Bodhisattva con una práctica sin retroceso, es un hombre que habiendo estudiado el Sutra del Loto, practica de acuerdo con él. La sabiduría de los Budas, es verdaderamente profunda, abunda en paz y tranquilidad, la gente corriente no puede entenderlo.
El principio por el que ambos y simultáneamente son los iluminados y los que iluminan, en el Sutra del Loto se simboliza en Manjusri Buda con la frase "sólo una verdadera flor, muestra su verdadero aspecto" y continúa "sólo los Budas de las diez direcciones y yo, realizamos completamente este principio, por lo que

podemos guiar a todos los seres sintientes hacia la iluminación".
En el Sutra del Loto se dice "Las enseñanzas Ekayana (de un sólo vehículo que comprende el Hinayana y el Mahayana) dicen, "Toda forma es verdadera forma"; la iluminación es alcanzable por todos. Todos los fenómenos en sí mismos son verdaderos. Ser es real existencia y real existencia es ser. Por esto apareció Sakiamuni en el mundo. Una verdadera flor, enseña la verdad y simultáneamente, la verdad enseña la verdadera flor. Este hecho es la sombrilla bajo la cual vida eterna, omnisciencia, impermanencia y samadhi, ocurren.
El Sutra dice "La sabiduría de los Budas es la mente misma". Ya somos Budas. Sólo falta fe en ello. Eno compuso este verso:
La desilusión será iluminada por la verdadera flor de loto.
El iluminado lo hará con la verdadera flor de loto.
"Hay dos alternativas, o realizar nuestra naturaleza o destruirnos a nosotros mismos. Incluso la recitación continua de este Sutra por largo tiempo, no puede cambiarlo. Cuando leemos el sutra, no debemos atarnos a lo leído. Igualmente, no atarnos a no estar atados a la lectura. Sólo leer. Cuando estudiamos así las enseñanzas, Ekayana es como una vaca blanca tirando de un carro". (Representación del Bodhisattva).
Iluminamos y somos iluminados por todas las cosas simultáneamente. No debemos estar descontentos con el estado de desilusión de nuestra mente (que nos lleva a la práctica del Bodhisattva).
Para muchos, la palabra "iluminación", evoca pensamientos de felicidad y crea grandes espectativas. Deben saber que la iluminación va más allá de esos asuntos.
No conduce a cierto mundo especial. Continuamos en los Tres mundos (forma, vacío y apego). La iluminación no es una salida

para escapar del ciclo de la vida y la muerte. Este atajo (de la Práctica) se convierte en el Pico de los Buitres, un lugar (Dojo) de aprendizaje y práctica.
Quien posee la sabiduría de los Budas (iluminación), la realiza en la forma de una apacible existencia (a causa de su aumentada percepción) no siendo afectado por el polvo del mundo. En este estado, ve todas las cosas en su esencia.
El iluminado se da cuenta de los actos de abrir, mostrar y entrar en la iluminación de las relaciones.
“Toda forma es vacío, todo vacío, forma”, simplemente significa que podemos iluminar a la verdadera flor de loto. Entonces nos damos cuenta de que la discusión vida y muerte, no tiene sentido y que no debemos pensar que vida es sólo vida y muerte sólo muerte.
Todas las cosas en todo tiempo desde el pasado eterno hasta el eterno futuro, son la verdadera flor de loto. Incluso si nuestro cuerpo y mente no están en armonía, no podemos escapar a la ley de la verdadera flor de loto que es verdad eterna. Ver las cosas tal y como son es el más asombroso tesoro: como ver una luz brillante o ir al Dojo (zendo). Esta es la ilimitada y eterna vida de Buda.
La ilusión es cambiada por la verdadera flor de loto; la iluminación cambia a la verdadera flor de loto. En último extremo significa que la verdadera flor de loto ilumina a la verdadera flor de loto.
Esto fue dado a Etatsu, discípulo Zen en el período de prácticas de verano en 1241.
Dogen escribió “Me impresionó profundamente la determinación de Etatsu. Afeitó su cabeza y vistió las ropas de monje, cosas dig-

nas de mérito. La práctica sincera es el camino de un verdadero monje. Etatsu practicó duramente, cambió la verdadera flor de loto, la hizo girar y tomó la ordenación. Hacerla girar transciende nuestra consciencia y alcanza el más alto nivel de la verdadera flor de loto. Inspirar y expirar son lo mismo ahora que en el pasado".

Escrito por mí, Dogen, un shamon[21] que después de haber practicado en China volvió a Japón y transmitió el Darma.

CAPÍTULO 91

SHOJI

"Vida y muerte"

Se dice, "No hay vida y muerte cuando Buda está en medio de la vida y la muerte". Y también, "Si no hay Buda en medio de la vida y la muerte, no hay ilusión sobre la vida y la muerte". Palabras del maestro Zen Kassan y Jozan.[22]

Intentando aclarar esto, encontrar al Buda fuera del mundo de la vida y la muerte, es como señalar en tu mapa el norte cuando quieres ir al sur. Así se pierde el camino de liberación.

Aceptar vida y muerte como nirvana, sin detestarlo ni buscarlo. Esto es desapegarse verdaderamente de vida y muerte.

Es un error pensar que la vida cambia con la muerte. La vida es absoluta existencia con tiempo propio, pasado y futuro. Sin embargo en la Ley Budista de la vida se dice ser "no nacidos"

(21). Shamon, el que transmite el Dharma.

(22). Vida y nuerte son realidad en sí mismas. No hay otras vidas y muerte más allá de esto: puesto que son realidad, no debe haber ilusión o apego. Nota del T.E.

(incambiable, completa existencia). La cesación de la vida es también absoluta existencia con su propio tiempo pasado y futuro. De la destrucción se dice ser "no-destrucción". Vida es vida. Muerte es muerte.
Cuando la vida viene, la aceptas como es; cuando viene la muerte, la aceptas como es. Ni aborrecer ni desear otra cosa.
Vida y muerte en sí mismas, son la vida de Buda. Si lo desprecias o rechazas, pierdes la vida de Buda, de igual manera que si estás atado a ellas, queda lo exterior, la apariencia.
Sólo sin rechazos ni deseos de nirvana, se entra en la mente de Buda. Sin intentar definirlo o describir con palabras. Cuando dejas caer cuerpo y mente y entras en la mente de Buda, ella es la que guía. Si sigues su camino realizas el desapego a la vida y la muerte y sin esfuerzo o usando tu mente, te conviertes en un Buda. Si entiendes esto no dura el apego.
Hay un camino sencillo para convertirse en Buda. No hagas el mal, no te aferres a la vida y la muerte, ten profunda compasión por todos los seres sintientes, respeta a los que están por encima de ti y sé amable con los que están por debajo, abandona el amor y el odio, la preocupación y la pena, a esto se la llama Buda. No busques nada más.

CAPÍTULO 92

YUIBUTSU YOBUTSU

"Sólo un Buda puede transmitir a un Buda"

El Darma Budista no puede ser comprendido por el estudio racional e intelectual. Ninguno de los que se han acercado al Budismo de esta manera, lograron la iluminación jamás. "Sólo un Buda puede transmitir a un Buda y sólo un Buda entiende la verdad

completamente”.
Es imposible comprender la iluminación antes de haber sido experimentada. Sólo considerarlo, es una pérdida de tiempo. El que despierta a la iluminación, desconoce la causa y realiza todos los intentos previos para adaptar su práctica a una idea preconcebida, lo cual es inútil. El hecho por el que difieren las ideas preconcebidas y la realidad de la iluminación, no radica en la reflexión de que nuestra imaginación equivoque el camino, sino que a causa de la idea misma, ocurra la iluminación.
Los que no tienen ideas preconcebidas reconocen la aparición de la iluminación naturalmente. Hemos de saber que, ni iluminación, ni ilusión existen. Los que son conscientes de esto, logran la iluminación de la verdad absoluta y son llamados Budas.
Alguien que ignore la forma de la iluminación es más que un necio. El término “forma” significa aquí, el nivel de no-mente, el estado de mente limpia, clara, transparente y libre de discriminación, sin meta de iluminación pero practicando; aparece por esta causa. Cuando miramos a un hombre, vemos a un hombre y no a un conjunto de valoraciones discriminatorias.
La mente pura no aisla los pensamientos sino que los reconoce y también es parte de ellos. Uno puede creer falsamente, que es uno mismo el que oye cantar a los pájaros en primavera y ve caer las hojas en otoño. No es así.
El estado de no-mente o mente transparente, no puede ser autoinducido sino que es innato. Esto quiere decir que los cuatro elementos y los cinco Skandas no son parte de nosotros mismos ni de otros. Sin embargo se cree comúnmente que la mente movida por la luna o las flores es la verdadera mente. Esto es incierto y contrario al Darma. La determinación de ver las cosas tal cual son

realmente, libres de ideas preconcebidas, es un resultado emergente de la verdadera práctica.
Un viejo sabio dijo una vez, “El mundo entero es nuestro dharmakaya (cuerpo del Darma); que nada obstaculice ni nada se ate a él. Apegarse al dharmakaya, evita la realización de la verdad. Perseverad en la superación de los obstáculos; fallar, es caer en el mundo del sufrimiento y seguir allí eternamente. ¿Cómo hacer emerger el dharmakaya sin ser obstaculizados por él? Como dijo el anciano sabio “El mundo entero es nuestro dharmakaya”. Esta respuesta es particularmente relevante para los que hacen emerger al dharmakaya y se mantienen desapegados de él. Los que fallan, no pueden hablar así, sino mantenerse en silencio.
Un Buda dijo “Hay vida en la muerte y muerte en la vida; hay muerte en la muerte y vida en la vida”. Este es un hecho incuestionable que ocurre sin reparación en nuestros deseos. Esto es el Darma. El Buda Sakiamuni proclamando la Ley (del Darma), hablaba de la vida y de la muerte como una y la última verdad Budista. Así hablaba, apareciendo como una luz brillante y como la voz de la libertad.
La aparición de Buda en el mundo, fue marcada por la emergencia de su brillante luz y voz de sabiduría. Experimentarlas, luz y voz, es iluminación. El término “El Buda apareció en el mundo para salvar a los seres sintientes”, no significa simplemente aparecer y salvarles sino porque el Darmakaya aparece en la forma del actual Cuerpo de Buda.
“Seres salvados” significa cruzar a la otra orilla (iluminación). Es el final de la práctica Budista y el inevitable resultado de ver al Buda. Y entonces queremos proclamar Inmediatamente esta verdad a los demás, así como esforzarnos en extender la otra orilla

nosotros mismos. El iluminado se da cuenta de que aunque el Buda Sakiamuni predicó mucho en el tiempo entre su iluminación y paranirvana, realmente, no dijo ni una sola palabra.

Un viejo Buda dijo, “El mundo entero es el real cuerpo del hombre, la entrada del Camino al desapego y nuestro propio Darmakaya”. Significa que esta verdad es el cuerpo real o en otras palabras, el mundo entero no es parte de nuestro propio cuerpo sino que es el real cuerpo. Entonces preguntamos “¿por qué yo estoy desprevenido de esto?” La respuesta es “porque la ignorancia ha impedido la verdadera comprensión de estas palabras”. Habiendo fallado en esta comprensión, uno tiende a no repetirlo.

Sin embargo no tiene real importancia porque los conocimientos no modifican la conducta. Lo sabemos.

Desde el estado de “El mundo entero es el camino de entrada al desapego”, entendemos que llegando a este nivel, estaremos libres de confusión y atadura. “El mundo entero” se refiere a las íntimas relaciones entre tiempo, pensamiento y lenguaje a pesar de estar más allá de los límites del tiempo y el espacio. Una mente discriminatoria, cierra la entrada a la puerta del camino del desapego. “Si reflexionamos más allá del estado de “el mundo entero es la puerta del camino al desapego” nos daremos cuenta de que buscar la puerta del Camino fuera de nosotros, no tiene utilidad”.

Observando la afirmación, “el mundo entero es nuestro darmakaya”, es natural para un hombre, desear conocer su verdadero ser; sin embargo pocos lo hacen, por esto sólo es por lo que los Budas realizaron completamente su verdadera naturaleza. Los no creyentes, erróneamente creen no ser otros que su existencia. Buda creyó que nosotros somos el mundo entero. Aunque así fuera, entenderemos cuando experimentemos.

Hace mucho tiempo que un monje hizo una pregunta a un alto bonzo: “Virtuoso señor, frecuentemente cientos de objetos se elevan simultáneamente delante de mí, ¿qué debería hacer? El bonzo replicó: “Los objetos no nos conciernen”. Entendemos entonces que los acontecimientos imprevistos que ocurren inevitablemente, no deben ser ni eliminados ni poseídos. Esto expresa el verdadero espíritu del Budismo. No pensar en los objetos como vuestro enemigo: tales pensamientos son el resultado de estar enredados en una situación que en realidad no existe.
Un Buda antiguo dijo, “Montañas, ríos y la gran tierra, han nacido juntos con la vida humana, de la misma manera son los Budas en los tres mundos”.
Nadie puede definir las limitaciones de los hombres, las montañas, los ríos y la gran tierra. Por vivir en lo reciente sólo podemos observar partes del todo. Antes de lamentar la existencia separada de montañas, ríos y la gran tierra de nuestra vida, hemos de esforzarnos en aclarar las palabras de Buda “Montañas, ríos y la gran tierra existen simultáneamente con nosotros”.
Cuando uno es conocedor de que los Budas tienen la práctica completa y son seres completamente iluminados, es difícil realizar el concepto de que nosotros coexistimos con ellos. Para aclarar este punto hemos de considerar sus acciones. Los Budas actúan simultáneamente con el mundo entero y con todos los seres sintientes. La incapacidad para realizar las necesidades de la práctica, no son los hechos de los Budas. Todas las cosas se convierten simultáneamente en iluminadas con los Budas. Mucha gente duda esto. Nosotros lo aceptamos. Es el Darma. El principio que establece que todos los seres vivientes pueden despertar la mente que busca al Buda, como los Budas han hecho, está de acuerdo

con el Darma.
Sí, basados en la luz de la sabiduría de Buda, reflexionamos sobre nuestra vida antes y después del despertar de la mente que busca al Buda, nos daremos cuenta de que no buscamos a ninguno en nosotros o los otros. ¿Qué clase de atadura (apego) es ésta que ha aparecido en la grieta entre los tres mundos? Tener que afirmar nuestro propio ego, consecuentemente, resulta innecesario. ¿Por qué dudamos que los Budas han venido de la mente real de todos los Budas en los tres mundos?
Alguien anciano, dijo una vez, “El Camino Budista transciende el pensamiento discriminativo y guía hacia juicios incontaminados”. Si muchas cosas caen frente al hombre o a su alrededor, sólo queda el Darma. De igual manera, el surgimiento de las montañas es una manifestación de lo mismo. Esta reciente situación (ego) existe sin que alguna montaña o la tierra tenga conocimiento de su coexistencia. Entonces puede dibujarse un paralelo entre la mente iluminada y no iluminada. Ambas existen mientras ambas son inoperantes entre sí. Pasa como con la primavera y el otoño. Los no receptivos nada sacan de estas palabras y uno puede predicar al viento. Por el contrario, los receptivos, despiertan a la iluminación y se hacen uno con todas las cosas. Los primeros abandonan porque el Darma les resulta demasiado lento, duro o ruidoso.
Sólo con nuestro esfuerzo no podemos despertar a la iluminación. Ocurre debido al Dharma-svamin (el llamado rey del Darma por tratarse de la totalidad del Darma). Dharma-svamin es la unidad del ojo, mente e iluminación con todo el cuerpo. Con la iluminación, toda diferenciación entre cuerpo y mente es modificada y todos se realizan como uno. El Buda, cuando fue iluminado, proclamó la Ley a los seres sintientes en la forma de Dharma-sva-

min".

En tiempos antiguos se sabía que sólo los peces conocían la mente de los peces y sólo los pájaros podían saber el camino de la migración. Pocos en los últimos tiempos, saben esto. Los humanos no pueden conocer la mente de pez o pájaro alguno. Hemos de aclarar esto completamente ya que un conocimiento meramente superficial, es insuficiente. Si tenemos conocimiento profundo, nos daremos cuenta de que este pez es sabedor de cada mente de los otros y entonces, en este aspecto, es diferente a los humanos. Hay unidad de mente, cuando el pez nada contra una fuerte corriente o atraviesa velozmente un meandro del río. Sólo los peces pueden coordinarse así.

Por no dejar huellas o marcas, los pájaros en vuelo son imposibles de seguir. En el campo, los pájaros migradores se reúnen por cientos y se les ve como una línea interminable dirigiéndose al norte o al sur. Por otro lado, dejando marcas, un carro es fácil de seguir en un camino embarrado o un caballo en la tierra.

Un pájaro, no necesita marcas para seguir a los demás que pasaron ya. Esto es lo mismo que seguir el Camino Budista; los Budas eran sabedores de todos los Budas que habían pasado antes; Budas grandes, pequeños o desconocidos. Sólo los Budas conocen a los Budas. Si alguien cuestionase esto se le podría contestar: "Es porque sólo los Budas poseen el ojo de Buda; sin este ojo, nadie puede seguir el Camino ni identificarlo". Sólo pueden hacerlo los que entienden las enseñanzas. Los que no pueden, deben intentarlo y seguir el Camino dejado por los Budas.

Habiendo visto el camino, hemos de seguirlo como una norma e investigarlo recorriéndolo nosotros mismos, siguiendo las huellas dejadas por los Budas, creciendo en íntima sabiduría; las huellas

impresas en nuestro propio camino, identificadas y comprendidas, han de ser seguidas con todo el cuerpo y la mente. Éste es el Darma Budista.

Escrito en la habitación de invitados del maestro de Eiheiji, monte Kichijo, Echizen.

Marzo, 31, 1288.

ZEN ESPAÑOL Y PARA IBEROAMERICANOS



PÁGINA WEB **WWW.ZENBRIA.COM** PARA COPIAR **GRATIS** LOS LIBROS DEL BUDISMO ZEN JAPONÉS DE ESTA COLECCIÓN, FOTOS Y CONTACTOS. TEMPLO DEL GRAN CAMINO, DAIDOJI DE CANTABRIA.

APÉNDICE DE Daidoji

LA TEORÍA DEL BUDISMO SOTO ZEN JAPONÉS ACTUALIZADO EN DAIDOJI

UNA MANERA DE VIVIR SIGUIENDO LAS ENSEÑANZAS DE LOS BUDAS Y MAESTROS

La Práctica del Budismo Zen procede de una **inadaptación** al Ego y al Mundo que continúa con una **crítica ineficaz**. Es fácil criticar al Mundo, basta con observar lo que cuentan las televisiones, los barrios, las familias para sentir y pensar: no me gustan tantas cosas que pasan, rechazo ese Mundo tan sangriento, abusivo y destructivo… No es manejable. "Las creencias, los razonamientos… se han sobrevalorado" dicen ahora los Neurocientíficos, no son más que mapas, archivos, modelos adquiridos. A una nueva "mentalidad" corresponden nuevas conexiones, nuevos modelos y los viejos se olvidan.
Pero criticar al propio Ego aunque sea un reflejo de los Egos del mundo, es muy difícil y más aún si se ha intentado "cambiar". Lo "externo" se ve más fácilmente que lo "interno". Sin embargo **creemos que nuestro Ego es nosotros mismos**, nuestro Yo, cuando no es así. Nadie nos ha enseñado a percibir el Ego como algo añadido, aprendido cada cual en su cultura convencional como un disco o un robot, un personaje de película tal y como se enseña a los animales del trabajo o el circo. **Este Ego aprende condicionadamente**, a base de placer y de dolor, como el perro de compañía, con premios y castigos, con miedo al fracaso e ilusiones o deseos centrado en lograr lo que le gusta, lo que cree le hará feliz**: es el Ego-centrismo**, el modelo de ganar siempre y no perder nunca, es decir, centrado en intereses egoístas de fuerza, belleza, dinero, poder, prestigio, discusiones, fama…, lo que genera conflicto con otros que pretenden lo mismo**, que es ganar y no perder lo ganado**, lo cual, inevitablemente va a ser causa de frustraciones y sufrimientos innecesarios solo por ambición, porque la mayor parte de las veces no lograremos la meta de "Yo y lo mío" por delante de todo. Esto es LA IGNORANCIA PROGRAMADA DE LA DOMESTICACIÓN.
Una **existencia** fundamentada en el Egocentrismo elemental, en la dependencia de un personaje ilusorio, **no es una vida**. El asunto es **si podemos madurar** y

sobrepasar o superar el Egocentrismo, la enajenación en el Ego que **no es nuestra auténtica identidad,** y superar a la vez tantos sufrimientos innecesarios.
Nacemos con una Naturaleza propia, con la sabiduría de los seres vivos que está siendo frustrada, engañada, utilizada como herramienta de sueños condicionados.
Esto fue descubierto por Sakiamuni, un hombre como los demás, hace 2.500 años que **se preguntó por el sentido del sufrimiento de los Humanos y por los medios para evitarle.** Después de esfuerzo y tiempo, logró comprenderlo. Entonces se convirtió en Buda, el Despierto, es decir que Despertó a la Realidad y dijo ¡Ah **constructor**, ya no construirás más! Así comenzó su Enseñanza que transmitió directamente, **más allá de las palabras,** anterior a ellas, enraizada en la Práctica de nuestra auténtica **naturaleza**. Aún se transmite directamente de maestro a discípulo. **Nada que ver con religión alguna**. Esta Enseñanza emerge de la propia sabiduría natural, Pragná o Hannya, de los recursos escondidos para vivir como Seres Humanos y no como personajes sufrientes de una película, asunto intuido por muchos como insatisfacción incluso en medio del éxito mundano pero sin el coraje de intentarlo con convicción, disponibilidad, sinceridad, esfuerzo, continuidad…

Esta formulación y Práctica de Budismo introduce dimensiones que disuelven los límites del **Egocentrismo** (la ignorancia), como la **Nada,** el **Vacío** (no buscar nada, no buscar verdad alguna), la **Impermanencia** (todo cambia), la **Impersonalidad** (ni aceptar, ni rechazar), **la existencia condicionada e ilusoria del Ego** (película personal: personaje).

Al mismo tiempo, introduce otras de gran energía vitalizadora como **la Unidad y la Interdependencia de Todas las Cosas**, **la Ilimitación** de la **Realidad… el estado natural de la mente**, el estado de **Alerta, la Sabiduría** de la **Propia Naturaleza y la de todos los Seres juntos que es la Naturaleza Búdica.**

En cuanto a la **Práctica,** la ayuda a la Realización de la Propia Naturaleza **(Instrucciones y Enseñanzas)** y a la **Meditación Zazen** (Sentarse frente a la pared) como la puerta de entrada a los diversos **Niveles de la Consciencia para extenderse por todos los actos cotidianos** y convertirse en un mar de realidad transformadora y original, **una nueva y lúcida manera de percibir el mundo,** las cosas y los seres en cada momento presente.

Su ligereza **deja fuera** toda clase de versiones mágicas, filosóficas, psicológicas, mitos que se han hecho cargo de la “espiritualidad” con sus dioses, alma, plegarias, liturgias, paraísos, premios y castigos, culpas, supersticiones sobrenaturales y prejuicios propios de otras épocas. Es simplemente **un método de reprogramación,** de psicoterapia más allá de lo personal (**transpersonal**), maduración…

La importancia máxima se sitúa en la **Acción** sin despreciar funciones como el pensamiento a liberar, que en los **Sentidos** y el resto del cuerpo se concentrará en el **Cómo** se hacen las cosas y no en el por qué o el para qué, en el ver, oír, tocar, saborear…

La ausencia de objetivos y metas ambiciosas (MUSHOTOKU) **descondiciona también el Egocentrismo para abrirse a un Cosmos o Biocentrismo que percibiendo intuitivamente la Totalidad, promueve la inteligencia, la madurez, la autonomía, la independencia, una ética del respeto, la paz y la ayuda a todos los seres.**

La especie humana es de reciente aparición y ha sido de evolución lenta durante el último millón de años. Es el resultado de las interacciones y mutuas influencias en el desarrollo de varios niveles de potencialidad funcional según el medio o cultura en el que se desarrolló y aprendió.

1.- El primer lugar le ocupa un **PLAN GENÉTICO** presente en todas las células del cuerpo, heredado de sus antecesores.

2.- **El cerebro, sede no condicionada de LAS NECESIDADES DE SUPERVIVENCIA** como la comida, la bebida, el descanso, la defensa del frío, el calor, el territorio, la generación… semejantes a las de otros primates, es el **generador de las emociones** correspondientes, elementales o instintivas, **manifestadas a través de secreciones neurohormonales, transmisores químicos, endorfinas y cambios electromagnéticos.** El cerebro recoge miles o millones de informaciones menores de medio segundo (200) a lo largo del día, de las cuales somos inconscientes porque se realizan automáticamente y con la mencionada rapidez, que posteriormente procesa con sustituciones, selecciones, valoraciones, asociaciones, etc, promoviendo así **un almacén de datos que aseguren la**

supervivencia del individuo y de la especie. Es el centro de mando de las necesidades básicas que implementará el siguiente nivel, tres.

3.- Es en una de sus partes anatómicas, la más reciente y lenta que es la **corteza, donde reside la consciencia superficial** condicionada por el aprendizaje de conocimientos técnicos y que recoge también INFORMACIÓN CULTURAL CONDICIONADORA DE LA PERCEPCIÓN de los fenómenos, la apariencia de las cosas y sus contenidos a los que llamamos **significaciones como palabras, conceptos, ideas… con los que se construyen los sentimientos, los afectos y las opiniones.** La función traductora de esta parte del cerebro es DAR FORMA Y SIGNIFICADO RECONOCIBLE PARA TODOS, A LAS NECESIDADES BÁSICAS CEREBRALES INSTINTIVAS. Una característica fundamental de esta consciencia es la creación de **una idea de sí aparentemente autónoma y de una realidad articulada según sus condicionadas apetencias, preferencias, metas y objetivos egoístas** que designamos como **el EGO personal**, con sus estrategias, compensaciones, adicciones, destructividad, sistemas de defensa, subjetividad de las valoraciones… etc. que, no disponiendo de otra guía que **el propio beneficio**, lo designamos como **APEGO a los deseos e ilusiones como si se tratase de una película propia.** Esta mezcla y confusión de deseos, frustraciones, apegos… etc. es un tipo de ENAJENACIÓN en forma de PERSONAJE (persona o máscara) **aunque se trate de un ROBOT al que no sabemos manejar ni controlar por lo que es motivo o causa de sufrimientos.** Llamamos **Karma positivo o negativo** a toda acción condicionada que dé como resultado tanto el placer como el sufrimiento o dolor causados por los apegos personales o preferencias.

4.- **Los sentidos** convencionales del tacto, oído, gusto, vista y olfato además de otros sensores como la posición, la presión y las referentes al gesto y su dominio, el dolor-placer… **son la puerta de entrada de los estímulos, sean internos o externos, DE LOS CONTACTOS QUE SON INTERPRETADOS INTERESADAMENTE** (no imparcialmente o impersonal-mente), por el sujeto o mejor dicho por el personaje egótico según sus intereses **impidiendo** con ello la percepción directa, es decir, la **fusión del sujeto con el objeto** o interacción con la consiguiente desaparición de **fronteras dualistas** entre ambos, entre Ego y todo lo demás.

El maderero, el artista, el cazador, el ganadero… ven el mismo bosque con mente adaptada a sus intereses. Esto es la **percepción condicionada o interesada.**

LOS GRANDES CONDICIONANTES SON:

1-Los Genes

2-Las Neurohormonas.

3-Las asociaciones y aprendizajes culturales o del medio en que se desarrolla el sujeto.

4-Las enfermedades nerviosas mentales, orgánicas, degenerativas, postraumáticas…etc.

5-Las drogas y medicamentos

5.- **El Budismo Zen Soto ES UN MÉTODO Y NO UNA RELIGIÓN**. Buda nunca se refirió a sus Enseñanzas con ese significado ni a él mismo como un fundador o un enviado de dios alguno. Aún así hay muchas formas de Budismos adaptados a las costumbres de cada país. (Ver en mis libros) incluida la presentación religiosa de Buda como dios.

El propósito del Zen ES AYUDAR A LIBERARNOS DE LOS SUFRIMIENTOS INNECESARIOS, CAUSADOS POR EL EGOCENTRISMO Y LA IGNORANCIA, PRACTICANDO LA SABIDURÍA DE NUESTRA PROPIA NATURALEZA CON LA QUE TODOS NACEMOS. Para realizar esta Naturaleza propia velada por los apegos, los deseos y las ilusiones egoístas (que constituyen la Condición humana y no la Naturaleza humana) están el Óctuple Sendero, los Seis Paramitas y sobre todo las Cuatro Nobles Verdades comprobables por todo humano, que vienen a continuación en este Apéndice**, las Enseñanzas de Buda y los Maestros.**

Algunos sienten de manera distinta a otros, esta **NECESIDAD DE LIBERACIÓN DEL PERSONAJE** de película y **de saborear la auténtica realidad** recuperando el equilibrio, la autonomía, la independencia, la ecuanimidad, la lucidez potencial, la guía y orientación para el resto de la vida, no solo **estudiando, leyendo, escuchando la teoría sino practicándola y experimentando los Cambios** nunca terribles ni raros con el propio Cuerpo-mente, armonizando con seres del Cosmos y aprendiendo a Vivir más allá de la domesticación y la adicción al Ego

robótico, profundizando en OTROS NIVELES DE LA CONSCIENCIA, con esfuerzo pero sin sacrificio.

Podemos utilizar como **ejemplo, las relaciones** amorosas, de trabajo, deportes en equipo,…
Lo que un día estuvo motivado por las **neurohormonas cerebrales** sean sexuales, de lucha y competencia, de placer y excitación… Testosterona, oxitocina, adrenalina, serotonina, cortisol… pasado cierto tiempo, ha de ser **renovado y reforzado** con valoraciones egóticas positivas como pequeños halagos, reconocimientos, regalos, servicios, palabras amables, dinero, honores… porque en caso contrario LA MOTIVACIÓN DESCIENDE POR FALTA DE RECOMPENSA empezando a verse y ponerse de manifiesto los defectos y costumbres desagradables que conducen al sufrimiento, la confrontación, el engaño y la ruptura.
Lo primero, dependiente de la naturaleza del cerebro sería causado y lo segundo dependiente de la condición del Ego, sería condicionado artificialmente donde se comprueban funcionando LOS OBJETIVOS DE GANANCIA Y EVITACIÓN DE LA PÉRDIDA. La ganancia mantiene ciertas ventajas, aunque sean ilusorias en su mayoría, y la pérdida, los inconvenientes.
El condicionamiento y su manejo están siendo utilizados como ciencia en el Aprendizaje y su influencia en el comportamiento patológico que llamamos Conductismo.
Según las Enseñanzas de Buda, en todo caso, hemos de estar viviendo, saboreando lo real más allá del gusto, el disgusto, las metas y los objetivos de ganancia,… **liberados de condicionamientos artificiales, que son las preferencias**.

¡PODEMOS APRENDER A VIVIR!

BUDA DIJO: APRENDED A UTILIZAR TODOS LOS NIVELES DE LA CONSCIENCIA Y LOS SENTIDOS.

Los Maestros del Zen, descubrieron algo que en estos momentos de la ciencia representan lo que más se sabe sobre el cerebro y es que **SOMOS NUESTRO CEREBRO,** un órgano sensible y activo **SIN IDENTIDAD PERSONAL ALGUNA**.

CONOCER-COMPRENDER-SABER.

No basta con disponer de los conocimientos como tampoco con la comprensión de algunos de ellos. Lo conocido y lo comprendido de la teoría Budista Soto Zen debe ser **REALIZADO** para que emerja la SABIDURÍA DE LA PROPIA MENTE mediante la PRÁCTICA DE LAS ENSEÑANZAS DE BUDA.

¡NO DETENERSE!

LOS CINCO FUNDAMENTOS DE LA ENSEÑANZA DE LOS BUDAS. EL DHARMA DEL APRENDIZ.

Para profundizar en la consciencia, ver el propio Ego, Despertar y acceder a la Realización como Budas vivientes:
Primero, hace falta la **determinación del náufrago,** del que se está ahogando, la **necesidad del cambio real** porque ya ha experimentado los dos aspectos, positivo lo bueno y negativo lo malo, del **Karma**, lo condicionado, el sufrimiento, el dolor y la insuficiencia de los logros y satisfacciones; todo ello aprendido en el ambiente cultural.

Segundo, una vez **reconocida la ignorancia** de su Ego para salir de tal estado, será indispensable una **gran confianza en la sabiduría innata de su Naturaleza** como ser viviente, su Budeidad potencial visible en toda la vida vegetal, animal, los ríos, los mares, las montañas, ……………

En tercer lugar, disponer de la **apertura** de mente y **la humildad, para pedir**, rogar, suplicar e insistir en la **necesidad de ayuda,** a los Tres Tesoros del Zen que son el Maestro, las Enseñanzas de Buda (el Dharma) y la Shanga (los compañeros) en lo que llamamos **la Búsqueda de Refugio** o "Entrada en la corriente".

En cuarto lugar, la **disponibilidad para la imparcialidad o impersonalidad, prescindiendo de las preferencias** y asumiendo las equivocaciones del robot-Ego.

En quinto lugar, realizar continuadamente las Instrucciones a las que llamamos Prácticas (Óctuple Sendero y Seis Paramitas) en los actos y situaciones de la existencia cotidiana. Estas Instrucciones y sus resultados, son razonables y comprobables.

Este aprendizaje se resume en:

GYO, LA ACCION

LAS SEIS PRÁCTICAS FUNDAMENTALES

1-GEN SHINGA
Ver el ego- robot, personaje condicionado.

2-ZANSHIN
Con la atención constante o estado de alerta aparecido.

3-ESHIN
Volviendo la mente al camino.

4-MUNEN
Disolviéndose la mente pensante en el no-pensamiento.

5-MOKUSHOZEN
Siguiendo las instrucciones del Zazen silencioso donde están todas las lecciones experimentables intuitivamente.

6-SHUSHO
Que ya es **Práctica Realización de nuestra propia naturaleza Búdica** o VER LO EVIDENTE, LAS COSAS TAL Y COMO SON.

JUNI INNEN
LOS DOCE ESLABONES DE LA CADENA DE LA CAUSALIDAD QUE CONFORMAN LA MENTE SUPERFICIAL O DEL ORIGEN DEPENDIENTE DEL DESEO, EL APEGO Y EL SUFRIMIENTO, ES DECIR LA ESTRUCTURA DEL EGO. SON EL KARMA.
1.-AL PRINCIPIO UNA CONSCIENCIA EN BLANCO QUE LLAMAMOS INOCENCIA IGNORANTE.
2.- ESTA INOCENCIA ES LA PREDISPOSICION A RECIBIR FORMACIONES MENTALES AGREGADAS.
3.-LAS FORMACIONES MENTALES CONDICIONAN LA CONSCIENCIA.

4.-LA CONSCIENCIA CONDICIONADA DIRIGE A LA MENTE Y AL CUERPO.
5.-ESTOS CONDICIONAN A LOS 6 SENTIDOS (GUSTO, TACTO, OLFATO, OIDO, VISTA Y PENSAMIENTO).
6.- LOS SENTIDOS CONDICIONADOS CONDICIONAN EL CONTACTO.
7.-EL CONTACTO CONDICIONADO, CONDICIONA LA SENSACION.
8.- LA SENSACION CONDICIONADA, CONDICIONA EL DESEO.
9.- EL DESEO CONDICIONA EL APEGO, LAS ATADURAS, LA DICTADURA DEL EGO, LA ESCLAVITUD DE LA CONSCIENCIA Y LA NATURALEZA DEL MEDIO AMBIENTE.
10.- LAS ATADURAS CONDICIONAN AMBICIONAR OBJETIVOS Y METAS.
11.- EL PROCESO DE CONSEGUIR LAS AMBICIONES Y METAS CONDICIONA LA REPETICION.
12.- LA REPTICION CONDICIONA LA DECADENCIA, LA PENA, LA DESTRUCCION, LA MUERTE, LA LAMENTACION, EL DOLOR Y LA DESESPERACION QUE SON SUFRIMIENTO CUYA CAUSA ES LA IGNORANCIA, LO QUE NOS REMITE AL Nº 1 DE LA CADENA DONDE SE CIERRA EL CIRCULO UNA Y OTRA VEZ ADICTIVAMENTE.

GO - UN

LOS CINCO SKANDA. LAS ADQUISICIONES AGREGADAS A LA MENTE QUE ESTRUCTURAN LA EXISTENCIA EGOISTA.

FORMA, CUERPO, SENSACION.
INFORMACIÓN, PERCEPCION.
INCLINACIONES SUBJETIVAS MECANICAS.
CONSCIENCIA, PENSAMIENTO.
ACCION Y REACCION CONDICIONADAS.

Los cinco Skandas o Agregados del Apego. Cinco conjuntos en los que el Buda englobó los ingredientes de la existencia condicionada y cuya superación (no oposición, ni lucha) es la función del Desapego, la liberación.
Son la base de la personalidad individual o Ego y su **carácter ilusorio o Impermanente** provoca los sufrimientos Kármicos o condicionados.
SHIKI- Las formas físicas que afectan al cuerpo.
JU- Las sensaciones ligadas al cuerpo y a la mente de las que hay experiencia sensible.

SO- Percepciones, sentimientos, conceptos con los que se identifican, reconocen y traducen **subjetivamente** las experiencias.
GYO- La voluntad, deseo o intención con los que se construye la visión Kármica o el valor individual que condicionan la selección automática de la percepción y la acción condicionada con las que se "fabrica" el presente.
SHIKI - La consciencia que reúne todas las informaciones precedentes con el enfoque dualista del sujeto conocedor y el objeto conocido, atándose a él.
(Shobogenzo nº13) y Apéndice

SHISOTAI
LAS CUATRO NOBLES VERDADES VERIFICABLES

EL BUDA DIJO:
DISCIPULOS, OS ENSEÑO EL SUFRIMIENTO.
EL SUFRIMIENTO ES EL NACIMIENTO, LA VEJEZ, LA ENFERMEDAD Y LA MUERTE, LA UNION CON LO QUE NO SE DESEA Y LA SEPARACION DE LO QUE SE DESEA.

DISCIPULOS OS ENSEÑO EL ORIGEN DEL SUFRIMIENTO.
EL ORIGEN DEL SUFRIMIENTO ES LA SED DE EXISTENCIA, EL PLACER, LA CODICIA, LOS DESEOS E ILUSIONES, LA FALTA DE DOMINIO, EN FIN, LA IGNORANCIA.

DISCIPULOS OS ENSEÑO LA CESACION DEL SUFRIMIENTO.
LA CESACION DEL SUFRIMIENTO ES EL DESAPEGO HACIA EL DESEO PORQUE CUANDO DESAPERECE LA CAUSA QUE ES EL APEGO AL DESEO, DESAPARECE EL EFECTO QUE ES EL SUFRIMIENTO.

DISCIPULOS OS ENSEÑO EL OCTUPLE SENDERO, CAMINO QUE CONDUCE A LA CESACION DEL APEGO Y DEL DUALISMO YO-LO OTRO.

KU-JU-METSU-DO. EL OCTUPLE SENDERO DE LO CORRECTO.

SON LAS PRÁCTICAS SIMULTÁNEAS QUE BUDA SIGUIÓ Y ENSEÑÓ:

1.- LA CONFIANZA O LA FE EN UNO MISMO COMO NATURALEZA MANIFESTADA Y POR ELLO, UN BUDA POTENCIAL.
2.- LA VOLUNTAD AJUSTADA AL CAMINO O SENDERO O VIA.
3.- LA PALABRA AJUSTADA AL CAMINO, EVITANDO SU USO INSUSTANCIAL.
4.- LA ACCION AJUSTADA AL CAMINO, SIGUIENTO LAS INSTRUCCIONES DEL MAESTRO, HASTA LA AUTONOMIA O MADUREZ.
5.- LA ATENCION AJUSTADA AL CAMINO, PUESTA EN LO QUE SE HACE O ALERTA A LO QUE SUCEDE.
6.- LA MEDITACION AJUSTADA AL CAMINO, EL ZAZEN SILENCIO DE SOLO SENTARSE Y EL DE LA VIDA COTIDIANA EN CADA ACTO.
7.- LOS MEDIOS DE EXISTENCIA AJUSTADOS AL CAMINO GUIADOS POR LA COMPASION.
8.- EL ESFUERZO AJUSTADO AL CAMINO, FIRME Y CONSTANTE SIN SACRIFICIOS PERTURBADORES.

ESTA ES **LA VIA DEL DESPERTAR**.

ROKU-DO. LOS SEIS PARAMITAS O PERFECCIONAMIENTOS.

Los 6 ó 10 Haramitsu (Paramitas) facilitan el Despertar y son: El Don, la Ética, la Paciencia, la Meditación, el Conocimiento, la Determinación, la Compasión y la Ecuanimidad. También son conocidas con otros nombres y a veces son más numerosos**. Son la Vacuidad de la Acción**. Si no se practican con la Meditación, son solo buenas acciones, Karma positivo. Todas se extinguen con la muerte.

FUSU, GENEROSIDAD: DAR OBJETOS, ENSEÑANZA, GUIAR. El Don, la donación es la de los objetos apreciados que atan, la protección contra el miedo de vivir sin guía, desamparados, sin Refugio o perseguidos. Hemos de olvidar lo que damos, a quién se lo damos, cuanto le damos…etc. Es la clave de la renunciación del mundo o la total desilusión. No esperar nada.
KAI, DISCIPLINA O ETICA: EVITAR EL MAL (LAS PASIONES) Y HACER EL BIEN (NO EGOISMO). La Ética y la Disciplina de evitar las Grandes pasiones de la estupidez, la cólera, el apego, el orgullo, envidia, codicia, vanidad…que son el **Karma del mal.** También evitar **el Karma del bien** ya que conduce al anterior. Es el

dualismo cerrado. Si hago el bien, me enorgullezco de él. Si me doy cuenta del error, trato de compensarlo con una buena acción…pero eso me produce malestar…Practicar, en resumen, la autonomía de **la Unidad de Todos los seres**. (Vacuidad de la Acción).
NINNIKU, PACIENCIA: COMPRENDER LA INGRATITUD, NO VIOLENCIA, DESAPEGO. La paciencia en soportar la ingratitud sin violencia ni resentimientos, los apegos en las pruebas de renunciación, sin asustarse tampoco.
SHOJIN, CORAJE O ENERGIA: ESFUERZO, PERSEVERANCIA. La energía y el coraje en la perseverancia, ahorrándola de actividades y preocupaciones mundanas.
ZENJO, MEDITACIÓN: ZAZEN SENTADO, ANDANDO, TRABAJANDO, COCINANDO…La Meditación es simplificar la existencia, las distracciones entre las cosas y la dispersión de la consciencia por la variedad de los intereses.
HANNYA, CONOCIMIENTO: ESCUCHAR LAS ENSEÑANZAS, REFLEXIONES, ESFORZARSE. El conocimiento resultado del esfuerzo en la Meditación, la Enseñanza, la reflexión y la Experimentación comprobatoria. Sabiduría.
HOBEN, HABILIDAD EN EL USO DE LOS MEDIOS ADAPTABLES AL PRACTICANTE. Los Hábiles medios adaptados al Practicante con toda compasión.

KAY. LOS PRECEPTOS

NO MATAR, NO ROBAR, NO EXTREMARSE EN EL SEXO, NO MENTIR, NO ABUSAR DE COMIDAS, BEBIDAS O DROGAS, NO MURMURAR, CRITICAR Y JUZGAR, NO ADMIRAR AL PROPIO YO, NO SER AVARO, NO ENCOLERIZARSE, NO MANTENER OPINIONES DOGMATICAS Y PRACTICAR LA COMPASIÓN CON TODOS LOS SERES VIVOS, SEAN PLANTAS, ANIMALES O HUMANOS, CON EL AIRE, LA TIERRA Y LAS AGUAS.

LOS OCHO VIENTOS MUNDANALES, INFLUENCIAS QUE ATAN AL SAMSARA O RUEDA DEL KARMA:

GANANCIA Y PÉRDIDA
ELOGIO Y CRITICA
TRISTEZA Y ALEGRIA

RIDICULO Y REPUTACION
PRACTICAR LA ACCION JUSTA DURANTE ESTOS ESTADOS

SAMBO. LOS TRES TESOROS

EL BUDA, EL DHARMA, LA SHANGA.
Es la “entrada en la corriente” por Miedo al Sufrimiento, buscando la Paz y la ayuda a todos los Seres, rechazando el Ego y el Mundo.
EL BUDA, que representa al Buda histórico el Despierto e Iluminado y al conjunto de los que ayudan a los Seres con la NATURALEZA DE BUDA que todos tenemos y hemos de realizar y que es a la vez guía y propósito último.
El DHARMA, que es la Enseñanza, la Práctica, el Camino. Todos los Seres
LA SHANGA, la comunidad de los que siguen la Enseñanza del Maestro y donde se encuentran los amigos espirituales tanto laicos como monjes, más allá de los afectos.

GO-GYO, LOS TRES PILARES DEL ZEN

FE QUE ES LA INTUICION DE QUE NUESTRA NATURALEZA ES LA MISMA QUE LA DE BUDA.
DUDA QUE ES LA CAPACIDAD DE CUESTIONAMIENTO QUE SIEMPRE SE RESUELVE EN LA **PRACTICA** DE LAS INSTRUCCIONES SOBRE EL CAMINO Y LA COMPROBACION POR UNO MISMO.

GO-I. LOS CINCO PASOS

Son la superación del dualismo de los opuestos, antagónicos, reduccionistas, del funcionamiento de la mente conflictiva por excluyente del contrario. Con la Práctica conducen a la profundización consciente y perceptiva, intuitiva y experimental.
Afirmación
Negación
Afirmación y negación

Negación y afirmación
Ni afirmación ni negación.
Tanto la afirmación como la negación de algo representan el funcionamiento mental vulgar, elemental, de la opinión subjetiva, de la identificación con el gusto personal.
Afirmar y sin embargo negar, es el tercer paso de pensamiento del pensamiento inclusivo, racional, dinámico y dialéctico.
Negar y sin embargo afirmar, profundiza más en la línea intuitiva más allá del pensamiento
Ni afirma ni negar, es el estado de madurez e independencia, es decir, no dependiente de las adquisiciones condicionadas, un estado de liberación y autonomía propio de los Despiertos.

KEKAI. LA TOMA DE REFUGIO EN LOS TRES TESOROS DEL ZEN. (Ceremonia KIE) o “ La entrada en la corriente” de Daidoji.

BUDA: EL LUCIDO, EL MAESTRO, EL GUIA, EL QUE VA DELANTE.
DHARMA: LAS ENSEÑANZAS DE BUDA SOBRE EL MUNDO, LA NATURALEZA DE TODAS LAS COSAS, LAS INSTRUCCIONES SOBRE LA PRÁCTICA DEL CAMINO Y LA EXPERIENCIA DE LA UNIDAD DEL COSMOS MISMO.
SANGHA: LA HERMANDAD EN LA QUE SE TOMA REFUGIO Y SE MADURA.

LAS CLAVES DE LA PERCEPCION LIBERADA, REAL Y LÚCIDA POR LA PRÁCTICA DEL ZEN.

SOLO EL PRESENTE ES REAL COMO CONSCIENCIA PRESENTE DEL PRESENTE. SOLO EL AQUÍ Y AHORA. SOLO EL PRESENTE ES REAL. NI EL PASADO NI EL FUTURO TIENEN ENTIDAD PRESENTE.
TODO ES IMPERMANENTE, EL CAMBIO ES CONTINUO, NADA PERMANECE IGUAL A SÍ MISMO, NI FORMAS NI FUNCIONES DE UN SEGUNDO A OTRO. ¿POR QUE APEGARSE?
LA INTERDEPENDENCIA DE TODAS LAS COSAS SIRVIÉNDOSE ENTRE SÍ, ES LA VIDA EN EL COSMOS.
LA UNIDAD DE TANTA VARIEDAD NO ESTABLECE FRONTERAS, POR LO QUE ES ILIMITADA, MAS ALLÁ DE LA CAUSALIDAD.
TODO ES UNO, TODO ES TODO, TODO ES NADA, NADA ES TODO, UNO ES NADA. TAL UNIDAD ES INASEQUIBLE, INCOMPRENSIBLE, INEXPLICABLE, POR LO QUE INTEGRANDOSE LA IDENTIDAD DE LA FORMA Y LA NADA, AQUELLA UNIDAD ES CAPTADA COMO EL GRAN VACIO DEL UNIVERSO. NO HAY MANERA DE SALIRSE DE LO UNO.
SIMULTÁNEAMENTE TODO ES IMPERMANENTE EN EL CAMBIO Y TODO PERMANECE EN LA NADA COMO NADA, EN LA AUTENTICA NATURALEZA DE TODO O VACIO DE EGO, NADA TIENE SIGNIFICADO.

LOS TRES VENENOS

LA ESTUPIDEZ O ESTRECHEZ DE ESPÍRITU
EL DESEO-APEGO
LA CÓLERA-ODIO

ESCUELA ZEN DAIDOJI
FASES

ESQUEMA DE TRABAJO PARA LA REANUDACIÓN DEL INTERRUMPIDO PROCESO DEL DESPERTAR DE LA CONSCIENCIA CUANDO SE PERMANECE EN LA:

1º FASE INMADURA

CONSCIENCIA PERSONAL EGOCÉNTRICA NO CONSCIENTE.
Son los deseos, ilusiones, apegos, metas, adicciones. Un estado de identificación con el Ego socializado y condicionado: Yo soy mi Ego. Yo y lo mío. Un estado de ignorancia vulgar y enajenación. Incluye las siguientes variedades de la consciencia:
La superficial automática y la cerebral profunda de millones de datos al dia.
La subconsciente y subliminar.
La del inconsciente o reprimida.
La memoria y los sueños.
La del sueño elaborador.
Por la vía de la reflexión intelectual o el razonamiento crítico, la cultura Budista Hinayana, desarrolla una, todavía insuficiente, CONSCIENCIA DE LA CONSCIENCIA PERSONAL, que es un estado más evolucionado del Ego, en el que **se intuyen** otras consciencias más profundas y el proceso de Cambios y Prácticas que los posibilitan correspondientes a las Enseñanzas de los Budas.

2º FASE INTERMEDIA

RECONOCIMIENTO DE LA IGNORANCIA Y CAMBIO
Reconocimiento **expreso de la propia ignorancia** con frases equivalentes a: No sé nada, no entiendo nada, no sé vivir, no sé relacionarme, me repito, no sé cuidar de mí mismo, no sé quien soy en realidad, no conozco mis limitaciones, soy incapaz de abandonar las costumbres perjudiciales, dependencias, compensaciones, ilusiones, sufrimientos, frustraciones, ambiciones, conflictos, orgullo…Estoy apegado a mi Ego y sin embargo me quejo constantemente, busco la felicidad por medios artificiales, **me gustaría cambiar pero no sé cómo hacerlo**. Tomar la decisión del cambio como lo más importante y urgente y

demostrarlo intentando cada día y cada momento practicar los Seis Paramitas, El Óctuple Sendero, Tomando Refugio en Buda (el Maestro que va delante), Dharma (las Enseñanzas, las Instrucciones) y Shanga (la armonía impersonal con los compañeros) después de una temporada de asistir al Dojo o Templo.

3º FASE DE MADURACION

CONSCIENCIA DE LA CONSCIENCIA Y PROFUNDIZACION.
PRÁCTICA Y EXPERIENCIAL DE LA CONSCIENCIA IMPARCIAL, NEUTRAL, IMPERSONAL, ORDINARIA, ILUMINACION MAHAYA-NA, REALIZACIÓN DE LA PROPIA NATURALEZA DE LA MENTE, BUDEIDAD…que se manifiesta en la nueva percepción de:
LA UNIDAD DEL COSMOS.
LA INTERDEPENDENCIA DE TODOS LOS SERES.
LA IMPERMANENCIA Y LOS CAMBIOS.
LA ILIMITACION DE LOS FENOMENOS REALES.
LA LIMITACION DE LA IGNORANCIA, DODECUPLE CADENA CAUSAL Y FORMACION DEL EGO.
EL VACIO DEL UNIVERSO.
LA TALIDAD DE LAS COSAS O LAS COSAS TAL Y COMO SON (NADA SOBRENATURAL)
……………………
Tal ensanchamiento de la percepción se acompaña del conocimiento y la transformación del Ego junto a la Comprensión y la Compasión hacia Todos los Seres con quienes compartir esta **sabiduría natural** e inclusión en el Cosmos. Es el BODHISATTVA.
(Los esquemas son siempre provisionales)
Así como el Año tiene la variación de las estaciones sin dejar de ser el Año, LA PROPIA NATURALEZA HUMANA SE MANIFIESTA A VECES COMO EGO, A VECES COMO NO-EGO Y A VECES COMO ILUMINACIÓN.

LAS SEIS DISCIPLINAS DE DAIDOJI

“Muere para tu Ego, renace y cuanto hagas estará bien. La puerta del tesoro se abrirá para ti y podrás usarlo como quieras”.

En el autocultivo, la preparación del terreno es continua ¡dura una hora, un día y dura toda la vida para acoger y realizar la Mente de Buda, la Propia Naturaleza! Toda acción es importante y toda no acción es igualmente importante porque en la Verdadera Mente, no hay diferencias. Todos los momentos son apropiados para la Práctica del Camino, todas las edades y circunstancias exigen atención, concentración, dedicación…y Desapego.
Las cuatro primeras Disciplinas son recomendaciones meritorias o de acogimiento porque adiestran la mente en el conocimiento superficial preparándola para las siguientes Disciplinas. El método de entrenamiento lo es todo. Fácil o difícil sólo es espejismo y prejuicio, un juicio anterior a experimentarlo. "Es cuestión de repetición y evitar preferencias".
Las tres primeras ejercitan en la ARMONIZACIÓN con LOS SERES Y LAS COSAS, el comienzo del DESPERTAR
Cada uno puede ir añadiendo los nuevos "enganches" que descubra.
Leer estas Disciplinas con frecuencia semanal

1.- DISCIPLINA DE LA NEGACION

Disciplinar la mente en la atención a los condicionamientos negativos como:
Hacer "una cosa de por vez", que es Practicar.
Romper el día convencional con las cuñas de las diversas Prácticas: Gassho, Shampai, Zazen, Ceremonia del Té…todas las posibles.

No quejarse.
No tener conversaciones de circunstancias, inconducentes.
No usar la televisión, radio…en exceso.
No ser dogmático.
No actuar con prisa.
No dejarse llevar por el enfado o la ira.
No tratar de imponer las propias ideas.
No empeñarse en tener razón.
No entrometerse en los asuntos ajenos.
No tocar o acercarse en exceso cuando se habla con alguien.
No picar mientras se hace la comida.

No hacer juicios sobre la propia Práctica ni la ajena.
Practicar el silencio interior y desoir al Ego.
No seguir pasivamente los deseos.
No hablar por hablar.
No obedecer al pensamiento porque sea el tuyo.
No interrumpir a otro cuando hable.
No ir de cosa en cosa pensando en la siguiente.
No hacer dos o tres cosas a la vez.
No creer ni intentar la realización de los sueños.
No consentir formar parte de los sueños de otro.
No enredarse en juicios sobre otros.
No descargar sobre otros los olvidos y negligencias propias.
Aprender la flexibilidad para los cambios en la mente.
……………………………………….
……………………………………….

2.- DISCIPLINA DE LA AFIRMACION

Disciplinar la mente en los condicionamientos positivos como:
Esperar a que "sucedan las cosas".
Sentarse con buena postura.
Andar bien erguido.
Conducir con las dos manos al volante.
Entrar en la cocina, al servicio, la habitación propia, como en el Dojo.
Conscienciar las manías y apegos. Hacer notas.
Practicar las Instrucciones.
Tener consciencia constante de la actitud corporal.
Evitar conflictos innecesarios.
Mantener los horarios constantes: sueño, comidas…
Escribir con letra clara y líneas rectas.
Ahorrar energía cocinando, andando, conduciendo…, con el esfuerzo justo y preciso.
Apagar la luz al salir de las habitaciones.
Cerrar las puertas, el agua, la luz…mirando y sin golpear.
Comer sin prisa y en silencio al menos una vez al día.
Respetar el espacio del otro.

Respetar el entorno con la limpieza y el orden.
No hablar alto.
Reposar después de las comidas.
Lavarte los dientes, el cuerpo a diario y los orificios tras usarlos.
Ducharte por orden de zonas.
Cortar y cepillar uñas de manos y pies.
Limpiar el lavabo y cuanto usas.
Dejar las cosas donde se cogieron.
Ordenar tus cosas.
Deshacerse de lo superfluo.
Ser puntual.
Dejar el calzado con el par junto.
Estornudar o toser con la manga por delante.
………………………………………
………………………………………

3.- DISCIPLINA DE LA AUTOSUFICIENCIA "INDEPENDIENTE"
Reciclar residuos.
Contemplar-ver los cambios de todo.
Atención al gesto justo, la postura justa, la respiración justa.
Comprar alimentos sanos o producirlos tú mismo.
Aprender a realizar chapuzas caseras (electricidad, fontanería…)
Cuidar de tus animales y plantas, son maestros.
Esforzarse en utilizar las palabras más adecuadas en cada momento, con el tono y volumen adecuado.
Ir caminando si no hay gran distancia.
Prepararse las herramientas y mantenerlas limpias.
Manejar, usar ambas manos.
Cocinar comidas saludables y variadas.
Tomar notas para evitar olvidos.
Cuidar de la salud (prevención) física y mental.
Usar fibras naturales en el vestido.
Evitar celebraciones convencionales (cumpleaños, santos, entierros, aniversarios, bautizos…)
Deshacer, ventilar y hacer tu cama.

Lavar tu ropa.
Hacer la compra.
Limpiar tu calzado.
Limpiar tu casa.
Aprender la austeridad (dos de tres), no la ascética (1/2 de 3)
………………………………………
………………………………………

4.- DISCIPLINA DEL AUTOCONTROL
El que busca su sí mismo, se esfuerza mucho sin sacrificarse.
Desterrando las fuertes costumbres de la falsa autoestima.
Evitando conscientemente darse permiso para hacerlo todo…
Evitando conscientemente darse permiso para “pasar” de lo que no guste…
Evitando conscientemente las autojustificaciones y disculpas infantiles como “así soy yo”…
Agradeciendo las incomodidades y obstáculos.
Aprendiendo los propios límites, aceptarlos y hacerse cargo, cargar con uno mismo como Ego, Karma…
No cayendo en autoculpas-lástimas-falsa compasión, quejas de uno mismo o de otros.
Evitando conscientemente utilizar lenguaje vulgar (soez) por costumbre.
Desterrando el sentimentalismo y las emociones románticas.
Evitando las añoranzas, las nostalgias y fantasías.
Evitando el uso del pronombre “yo”
Evitando conscientemente los líos mentales que nos alejan de las Prácticas.
Evitando las provocaciones, no revolverse, protegerse, que la acción no sea reacción.
Evitando amistades y conversaciones superfluas, cotilleos, intimidades…
Preparando las cosas de la Sesshin el día anterior.
A estas alturas se habrá desarrollado un alto nivel de vigilancia o alerta –Zanshin- que funcionará sin intención con los ejercicios practicados muchas veces al día.

5.- REGLAS DEL COMPORTAMIENTO SOCIAL EN LA SHANGA

Hacer Gassho y Sampai a los Budas, ante el Maestro, Instructores y Shanga.
Hacer Gassho, con las manos juntas o con una, inclinándose para saludar o dar las gracias (nunca verbalmente). Hacer Sanzen. (Hablar o escribir al Jefe del Templo).
Dejar pasar delante a los más antiguos, Bodhisattvas, Monjes, Taiko, Osho…
Hablar sólo lo indispensable o contestar escuetamente si ellos te preguntan.
Pedir trabajo al encargado en lugar de estar ocioso.
Detenerse en lo que se está haciendo si ellos te llaman o suena la campana.
No ofrecer “buenas” ideas, nada de iniciativa privada.
No personalizar contando anécdotas de la propia existencia.
Evitar comenzar las frases utilizando el pronombre personal Yo.
No hacer ruidos con la nariz, garganta, intestinos…
No rascarse, bostezar, suspirar, escupir, limpiarse en la manga, morderse las uñas…
No meter el dedo en la nariz, oídos, boca.
Ir al Dojo duchados, cambiados de ropa y afeitados.
Firmar y sellar tus comunicaciones.(Hacer sello y sobre)
No hacer movimientos bruscos o innecesarios.
Mantener posturas controladas incluso para relajarse.
Evitar la mente convencional, personal del pasado y el futuro.
Evitar el uso de joyas, perfumes, maquillajes y vestimentas llamativas.
Mantener en buen estado las ropas del Zen, Kimonos, Samui, Hakama y Kesas.
Practicar el fuse, la donación de tiempo, palabra, esfuerzo, objetos de apego, regalos, dinero, caligrafías, dibujos, trabajos manuales, comidas, a los más necesitados de ayuda, en días de fiesta o señalados como la Toma de Refugio, la Ordenación de Bodhisattva, Monje…
No hacer críticas sobre la Práctica propia o de otro.
Cortarse el pelo regularmente.
No competir, presumir o detenerse en la autocomplacencia.
No sobresalir…
No buscar privilegios.
Así más allá de la no discriminación.

Aprender a pasar desapercibidos.

6.- DISCIPLINA DEL OLVIDO DE UNO MISMO. NI AFIRMACION NI NEGACION

La disponibilidad, la flexibilidad, la dedicación, la persistencia, la vigilancia, la capacidad de control que se va ejercitando sobre lo inconducente, es ya una forma de desapego y liberación. Esta creciente fortaleza, autocurativa y maduradora, es realizada por uno mismo, habiendo comenzado ya la caída en la cuenta del alto grado de ignorancia, dependencia, esclavitud, adicciones, tanto como del sufrimiento causado por ellas fruto del condicionamiento y el autoengaño. El Principiante puede profundizar en este Camino del Despertar a la Realidad -Bodhaishin- en un esfuerzo muy importante de coherencia nunca adoptado hasta el momento. Para ello tiene que reconocer necesitar la ayuda de otros que van delante, de mayor experiencia, que un día se encontraron como él mismo. Si cree que aprender a vivir es el asunto más importante de su vida, pedirá Tomar Refugio en Buda, Dharma, Shanga comprometiéndose con seriedad al esfuerzo y a la comprobación de la certeza o equivocación de esa intuición a pesar de los obstáculos. Así aprenderá el funcionamiento del mundo y de los Egos.

El olvido de uno mismo comienza con la Práctica del Zazen y las Enseñanzas de Buda, sus cuatro Nobles Verdades, Los Seis Paramitas y el Óctuple Sendero así como la fidelidad voluntaria a la Shanga. Además del Zazen regular, asistir a las Sesshin y hacer Sanzen mensual al menos.

EL SUTRA DE DAIDOJI

Con la ayuda de la naturaleza búdica que habita en nuestra profundidad.

Con la ayuda de la gran fuerza de la voluntad de ser uno mismo.

Con la ayuda de nuestros sufrimientos.

Con la ayuda de la necesidad del cambio, del despertar a lo real.

Con la ayuda del agradecimiento por la sabiduría del camino recorrido por Bodhisattvas, Budas y Patriarcas. Escuchando con el oído, meditando con el corazón, practicando con el cuerpo.

Observemos con recta atención los humildes símbolos transmitidos por ellos y nuestro Rosshi Shuyu Narita, que encierran los secretos incondicionados de la Vía del Corazón y que con su orden, continuidad, inmovilidad e impersonalidad, nos muestran los pasos. La apertura del abanico del Templo de Todenji. La firmeza y la apariencia dualista de las piedras de los Templos de Sojiji y de Koshoji. La variedad de los cedros del Templo de Zuigakuin. La prudencia de los

tres monos. La imperturbabilidad del espejo. La energía de la espada de madera. La flexibilidad de las fibras del tejido. El vacio de los recipientes. La adaptabilidad del incienso. La impermanencia de las flores. La fe práctica del Bodhisattva y su compasión.
La talidad del Buda cuya sonrisa contiene todas las contradicciones.
El silencio de todas las cosas.
Acojamos los pasos del Maestro y en su homenaje hagamos Sampai tres veces.

FUKANZAZENGI PRINCIPIOS FUNDAMENTALES DEL ZAZEN.
De Dogen Zenji.
La Vía es fundamentalmente perfecta. Lo penetra todo. ¿Cómo podría depender de la práctica-realización? El vehículo del Dharma es libre y está desprovisto de obstáculos. ¿Para qué es necesario el esfuerzo concentrado del hombre? En verdad, el Gran Cuerpo está más allá del polvo del mundo.
¿Quién podría creer que existe el medio de desempolvarlo? Nunca es distinto de nada, siempre está allí donde se está. De qué sirve ir de acá para allá para practicar.
Sin embargo, si se crea una separación, por estrecha que sea, la Vía permanece tan alejada como el cielo de la tierra. Si se manifiesta la menor preferencia o antipatía, el espíritu se pierde en la confusión. Imaginad a una persona que se jacta de comprender y que se hace ilusiones sobre su propio Despertar, al ver a medias la sabiduría que penetra en todas las cosas, que unifica la Vía y clarifica el espíritu, y hace nacer en ella el deseo de escalar. Esta persona apenas ha emprendido la exploración inicial de las zonas fronterizas y es aún insuficiente en la Vía vital de la emancipación absoluta. ¿Tengo que hablar del Buddha que poseía el conocimiento innato? Aún se siente la influencia de los seis años que vivió sentado en loto en una inmovilidad total. Y Bodhidharma…La Transmisión del Sello ha conservado hasta nuestros días el recuerdo de los nueve años que pasó en meditación delante de un muro. Puesto que los sabios del pasado eran así ¿Cómo pueden los hombres de hoy en día dejar de practicar la Vía? Debéis por lo tanto abandonar el conocimiento basado en la comprensión intelectual. Dejad de correr detrás de las palabras y de seguirlas al pie de la letra.
Dirigid vuestra luz hacia vuestro interior e iluminad vuestra propia naturaleza. El cuerpo y el espíritu desaparecerán por ellos mismos y vuestro rostro original aparecerá. Si queréis experimentar la Talidad debéis practicar la Talidad sin tardar.
Para Zazen conviene una sala silenciosa. Comed y Bebed sobriamente.
Abandonad todo compromiso y alejad toda preocupación. No penséis: esto está

bien, esto está mal. No toméis partido ni por ni contra. Detened todo movimiento consciente. No juzguéis los pensamientos ni las perspectivas. No queráis llegar a ser Buddha. Zazen no tiene absolutamente nada que ver con la posición sedente ni con la posición acostada. En el lugar en el que os sentéis habitualmente debéis extender una estera espesa y disponer encima un cojín (zafu). Sentaos en loto o en medio loto. En la postura loto poned primero vuestro pie izquierdo sobre el muslo derecho y el pie derecho sobre el muslo izquierdo.
En la postura de medio loto contentaos con presionar el pie izquierdo contra el muslo derecho (También con los dos tobillos en el suelo).
Aflojad las ropas y el cinturón. Ordenadlos convenientemente. Poned entonces la mano izquierda sobre la mano derecha, ambas mirando hacia el cielo, apoyadlas sobre el pie izquierdo. Las puntas de los dedos pulgares se tocan. Sentaos bien derechos con la actitud corporal correcta. No os inclinéis ni hacia la derecha ni hacia la izquierda, ni hacia delante ni hacia atrás. Aseguraos de que las orejas están en la misma línea vertical que los hombros y que la nariz se encuentra en la misma línea vertical que el ombligo. Situad la lengua contra el paladar. La boca está cerrada (floja), los dientes en contacto. Los ojos deben permanecer siempre abiertos (bajos). Respirad suavemente por la nariz. Cuando hayáis tomado la postura correcta respirad profundamente una vez, inspirad y espirad. Inclinad vuestro cuerpo hacia la derecha y hacia la izquierda varias veces e inmovilizaos en una posición estable. Dejad caer. Pensad sin pensar concentrándoos en la postura y en la respiración. ¿Cómo se piensa sin pensar? Más allá del pensamiento y del no-pensamiento: Hishiryo. Este es en sí el arte esencial del Zazen. El Zazen del que hablo no es una técnica de meditación. Es la Puerta de la Paz y de la Felicidad, la Práctica-Realización de un Despertar Perfecto. Zazen es la manifestación de la Realidad última. Las trampas y las redes del intelecto no pueden atraparlo. Una vez que hayáis conocido su esencia seréis parecidos al tigre cuando entra en la montaña o al dragón cuando se sumerge en el océano. Ya que es preciso saber que cuando se hace Zazen, el verdadero Dharma se manifiesta y que desde el comienzo la relajación física y mental y la distracción deben ser descartadas. Cuando os levantéis moveos suavemente, oscilad y sin prisas, tranquilamente, deliberadamente. No os levantéis precipitadamente ni bruscamente. Cuando se lanza una mirada al pasado se observa que trascender la iluminación y la ilusión, que morir sentado o de pie, ha dependido siempre del vigor del Zazen. Por otra parte, la iluminación provocada

por un dedo, por una bandera, por una aguja, por un mazo…la Realización gracias a un espantamoscas, a un puñetazo, a un bastonazo o a un grito…Todo esto no puede ser comprendido por el pensamiento dualista. En verdad, tampoco puede ser conocido mejor por la práctica de poderes sobrenaturales. Está más allá de lo que el hombre ve y oye ¿No se trata acaso de un principio anterior a los conocimientos y a las percepciones? Dicho esto poco importa que se sea inteligente o no. No hay diferencia entre el tonto y el avispado. Practicar la Vía es concentrarse con un solo espíritu. La Práctica Realización es pura por Naturaleza. Avanzar es una cuestión de asiduidad.

En general, todos los seres de los tres mundos respetan el sello del Buddha. La particularidad de nuestro linaje es la devoción del Zazen, simplemente sentarse inmóvil en un compromiso total. A pesar de que se dice que hay tantas clases de espíritus como de seres humanos, todos practican la Vía de la misma manera: practicando Zazen. ¿Por qué abandonar el hogar que tenéis reservado en la casa Paterna para errar por las tierras polvorientas de otros reinos? Un solo paso en falso y os apartáis de la vía claramente trazada delante de vosotros.

Habéis tenido la suerte de nacer en tanto que forma humana. No perdáis el tiempo. Aportad vuestra contribución fundamental a la obra del Buddha. ¿Quién preferiría un placer vano y fugaz como la chispa surgida del sílex? Forma y sustancia son como el rocío sobre la hierba. El destino es parecido a un relámpago, rápidamente se desvanecen.

Os lo ruego, honorables discípulos del Zen. Desde hace tiempo estáis acostumbrados a tantear el elefante en la oscuridad, ¡No temáis ahora al verdadero dragón! Consagrad vuestras energías a la Vía que indica lo Absoluto sin rodeos. Respetad al hombre realizado que se sitúa más allá de las acciones de los hombres (vulgares). Armonizaos con la Iluminación de los Buddha. Suceded a la dinastía legítima de los Patriarcas. Conducíos siempre así y seréis como ellos fueron. La cámara que conduce al Tesoro se abrirá por ella misma y podréis utilizarlo como mejor os plazca.

Eihei Dogen

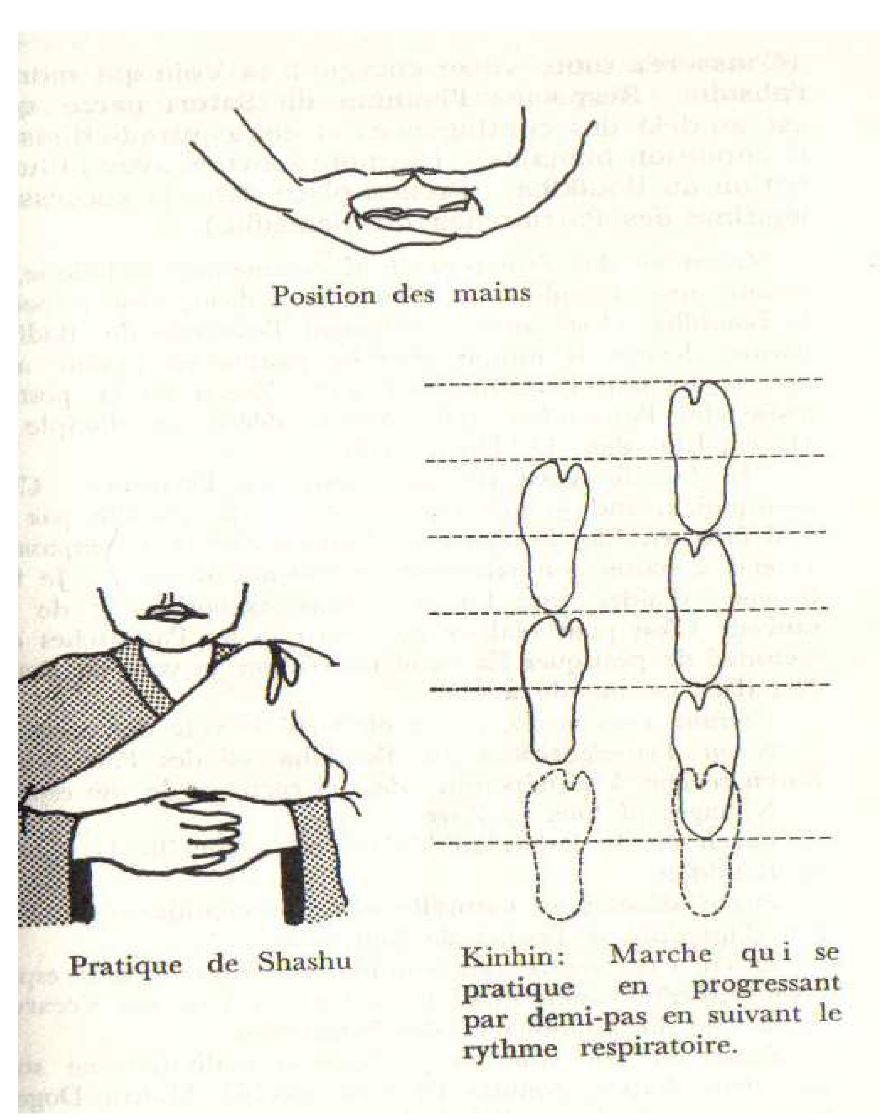
ZAFU.



COJIN RELLENO DE MIRAGUANO NATURAL
O DE ROPA DE PUNTO DE LANA
DIAMETRO 25-30 CMS. ALTURA DE 15-20
LATERAL CON PLIEGUES CERRANDO LOS ENCUEN-
TROS EN SOLAPA PARA VACIAR O RELLENAR
CINTA BLANCA PARA EL NOMBRE (ANCHA)

Como los occidentales tenemos gran dificultad en cruzar las piernas en loto, no podemos apoyar la mano sobre las plantas de los pies. Para cortar la tensión muscular ponemos un cojín hecho al efecto y así los dedos pulgares pueden situarse bajo el ombligo y con los tobillos en el suelo, nos sentamos en el borde del zafu echando la cintura hacia delante después de apoyar ambas rodillas en el suelo

KIN-HIN

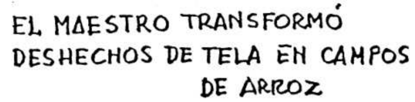

Position des mains

Pratique de Shashu

Kinhin: Marche qui se pratique en progressant par demi-pas en suivant le rythme respiratoire.

ANTES DEL ZAZEN O ENTRE ZAZEN Y ZAZEN

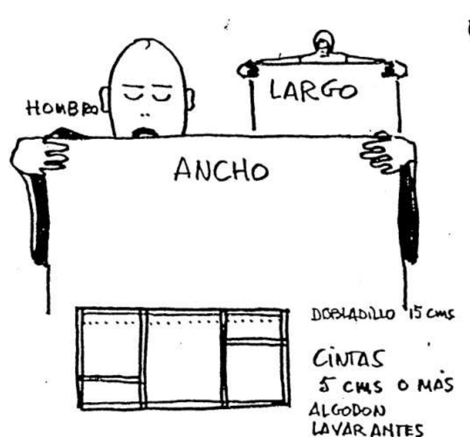
KESA - MANTO DEL BODISSATTVA CON 5 BANDAS COSIDO A MANO
HECHO DE RETALES VIEJOS



EL MAESTRO TRANSFORMÓ
DESHECHOS DE TELA EN CAMPOS
DE ARROZ

ES EL MANTO QUE NO
OCULTA LA REALIDAD

EL OBJETO DE LA FÉ
EN UNO MISMO



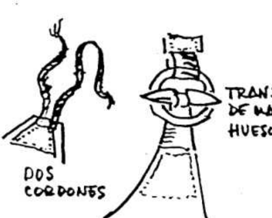
KESA

"SABOREAR EL ORIGEN".

DOBLADILLO 15 CMS

CINTAS
5 CMS O MÁS
ALGODON
LAVAR ANTES





TRANSVERSAL
DE MADERA
HUESO O METAL

TELA HECHA COSIENDO VARIOS,
MUCHOS, POCOS O NINGUN TROZO. ESTOS SON LOS MONJES O
BODHISATTVAS NOSSU, LOS DEL KESA REMENDADO QUE SE LLAMA
GRUESA O DELGADA, INVIERNO O VERANO FUNZOE
PRIMAVERA, OTOÑO.

TINTE TIERRA. "DYLON" Nº 7 . EL MEJOR COLOR ES SIN COLOR

RESUMEN. LA TERMINOLOGÍA Y LAS CUATRO DIRECCIONES.

Cuando el CONSTRUCTOR, origen del Ego, de la subjetividad interesada, es observado como un objeto, objetivado y reconocido progresivamente, ya no hay diferencia entre sujeto y objeto, la limitación desaparece.

Este acontecimiento es vivenciado por unos como liberación, por otros como si se quedasen huérfanos, como náufragos.

Si Practican las Instrucciones, la Realización de su Naturaleza es simultánea y lenta, como corresponde a cualquier cultivo que necesita de la participación de un conjunto de ingredientes: tierra, agua, luz-calor, nutrientes, estaciones, horticultor…

DESPIERTA, el que sale del sueño de una existencia articulada por conceptos, costumbres, arquetipos, palabras… en la confusa dirección de la supervivencia y el progreso egoísta que pretende ganar y no perder.

La ILUMINACIÓN es el cultivo de ese descubrimiento, el cultivo de esa tierra cuyo fruto es la lucidez creciente.

Tener consciencia del Ego, de su estructura y metas, es acrecentado por ZANSHIN, el estado de alerta que aparece pronto como cazador inmediato. Esta consciencia del EGO es una ACCIÓN sin acción o sólo la acción de la consciencia que ha Despertado. No tener consciencia de Ego, es decir, NO-EGO es Práctica con consciencia del cuerpo como veremos, el Campo de nuestra Naturaleza más fácilmente activable por las Instrucciones para el que sigue el Camino.

Porque ¿qué es el Zen? Zen es ZAZEN, es la Vida. EN EL ZAZEN SE ENCUENTRAN TODAS LAS LECCIONES, TODAS LA EXPERIENCIAS, donde se pueden reconocer las diversas consciencias, profundidades, mezclas, alternancias, variaciones, calidades y matices EXPERIMENTABLES.

1 Para prepararnos a esta aventura que va de la existencia domesticada a la Vida, podemos prepararnos practicando las TRES PRIMERAS DISCIPLINAS DE DAIDOJI Y EL SUTRA QUE LAS INSPIRÓ.

Habla el Sutra del orden, la continuidad, la inmovilidad, la impersonalidad, la apertura, la firmeza y la apariencia de los enfoques dualistas (blanco-negro), la variedad, la prudencia de “ni escuchar, hablar o ver” lo que no es conducente para la Práctica, la energía, la adaptabilidad, la impermanencia, la fe o la confianza práctica en nuestra Naturaleza, la comprensión y la compasión, el silencio…

LAS TRES PRIMERAS DISCIPLINAS, nos ejercitan en el olvido de nuestros gustos particulares, costumbres y hábitos mecánicos, negando una y afirmando otras, fortaleciendo así la voluntad más allá del Ego y sus intereses.

2 EN LA MEDITACIÓN ZAZÉN ESTÁ TODO, quiere decir, las posibilidades de observación del pensamiento superficial donde se estructura el Ego y que automáticamente ocupa la consciencia con deseos, ilusiones, preferencias, preocupaciones, proyectos… etc. que hemos de aprender a reconocer y SIN LUCHAR, DEJARLO CAER, CORTANDO sin importarnos, como si fueran nubes en el cielo que pasan ante un espejo que no es afectado. Para ello pasamos con rapidez a concentrarnos en la postura y la respiración, entendiendo por esto la atención concentrada en las diversas partes del cuerpo y las **sensaciones** correspondientes del tacto de la lengua con el paladar, el mentón relajado y metido, los ojos semicerrados, la entrada y salida del aire, la expansión y retracción del abdomen, la presión de las rodillas contra el suelo y de las nalgas sobre el zafu, de los pulgares y de las manos, la cintura hacia delante, la espalda recta, el cogote como dando en el techo, el olor del incienso, los sonidos exteriores de la lluvia, el viento, los pájaros….. olvidándose de uno mismo y haciéndose uno con todos los seres sensibles y vivos.

3 LA MENTE ZEN no está separada del cuerpo y es observable en las distracciones sobre los intereses personales que reaparecen insistentemente para ser reconocidas y cortadas, dejadas caer refugiándonos en las **sensaciones del cuerpo** hasta que la liberación del Ego por parte de la mente, dé paso al pensamiento automático, la cinta imprevista sin intención ni sentido personal. Llegado el momento de la **calma y la quietud** de la mente-cuerpo-cosmos, el pensamiento queda en libertad, experiencia muy especial a la que no debemos

apegarnos, o al pensamiento sin pensar y sin búsqueda de objetivo que llamamos HISHIRYO.

A partir de aquí, es la PROPIA NATURALEZA la que guía y transforma enseñándonos con su sabiduría innata. En este trayecto pueden distinguirse algunos tramos en variadas y equivalentes descripciones hechas por los Tres Países: el elefante en la India, el caballo en China, el búfalo en Japón, como he recogido en el nº 8, Zazén, de esta colección. Estos niveles de la consciencia o etapas de la percepción, de duración y de intensidad variable que van de segundos a minutos, horas, meses o años según la continuidad de la Práctica, son nuestro auténtico rostro original, HONRAI NO MENMOKU.

- Excluidos los temas y los objetos de distracción egótica aunque subsista el pensamiento automático, imaginativo o discursivo, entramos en **la calma o aquietamiento. Tranquilización.**

1. Es el tiempo de la concentración, cierto arrobamiento o sublimidad con alegría o con llanto sin causa (por estimulación de ciertas áreas cerebrales). **Bienestar.**
2. Prescindiendo de ellos, dejándoles caer, percibimos un estado de **equilibrio y ecuanimidad** no experimentados antes.
3. Más allá del dolor y del goce, de la preocupación o el pesar que no deben llegar a perturbar la concentración
4. La mente percibe la **Ilimitación del Espacio mental**, del interior y del exterior sin diferencia, que llamamos
5. Consciencia Ilimitada.
6. Se va a acompañar de la **percepción de la Nada**, de “no hay Nada” por parte alguna, no hay partes.
7. El abandono de Todo lo anterior conduce espontánea y libremente al quinto samadhi o quinto paso, el de **“ni percepción ni no percepción”.**

El Espíritu, como experiencia de lo descrito, como YO MISMO ha de ser actualizado en todas la situaciones posibles.

4 Acaso todo aquello, interior y exterior no estuvo siempre AHI? No es evidente? Extendiéndose a cada momento del día lo llamamos PRÁCTICA CONTINUA. La montaña que dejó de ser la montaña, es de nuevo la montaña, sólo que algo ha

CAMBIADO. El humano ha vuelto y sonriente pasea por el mercado entre las diez mil cosas.

Podríamos reconocer en esto la ACCIÓN DE VIVIR? ¡IKERU¡

PRÁCTICA Y REALIZACIÓN NO SON DOS.
EL OCTUPLE SENDERO Y LOS SEIS PARAMITAS NOS ESPERAN!

TÚ TENDRÁS QUE SER EL CAMINO. SÓLO ESO.
Homenaje a todos los Seres y Cosas.
SOKO DAIDÓ.
MONJE ZEN.
Instructor Mayor de Daidoji.

AEMRHZUGVARCONSDARFENTING

Licenciado en Medicina y Cirugía por la Universidad de Valladolid. Especializado en Psiquiatría y Neurología por la Universidad de Barcelona. Médico Escolar y Deportivo. Diplomado por la Universidad Internacional Menéndez y Pelayo. Exprofesor de Psicología y Psiquiatría en la Escuela Universitaria de Asistencia Social de la Academia Politécnica de Santander. Amplía estudios de idiomas en París y Londres.

Exmiembro de las Sociedades de Psiquiatría y Neuropsiquiatría, de la Mediterránea de Psiquiatría y de la Liga de Higiene Mental. Exmiembro de Honor del Centre International de Recherche sur les Logiques de L'antagonism energetique de Paris, Francia. De la Sociedad Española de Historia Natural, la de Ornitología, de la World Wildlife Fund (ADENA) y de la Sociedad Española para la Ordenación del Medio Ambiente.

Fundación y organización psicopedagógica de los modernos colegios, Jardín del Dobra, Tagore, África, San Juan de la Canal y de Educación Especial para Niños Difíciles "LUPASCO" y de la primera Escuela de Padres y Educadores de España. Fundador y Conservador del Zoológico de Fauna Ibérica de Santillana del Mar. Miembro Honorífico del Seminario de Prehistoria y Arqueología S. de Sautuola de Santander. Premio Nacional de Arquitectura formando parte del Equipo Técnico A. Orbe Cano, Oteiza, Arana y otros sobre"Residencias de artistas en El Pardo", Madrid. Promotor de Agro-Zen, práctica del cultivo natural de frutales y hortalizas adscrito al C.R.A.E., Consejo Regulador de Agricultura Ecológica, con diez módulos de huertas, Cantabria 2001.

OTRAS OBRAS DE SOKO DAIDÓ

SOCIOLOGÍA PARA LA CONVIVENCIA. En colaboración
Personalidad y participación social.
Ed. ZYX. Madrid, 1966

DEL CAOS AL COSMOS.
Psicoterapia por la pintura libre.
Geigy. Barcelona, 1970

UNA PSICOLOGÍA PRÁCTICA DE LA FAMILIA
Fundación de las Escuelas de Padres. Santander, 1972

ECOLOGÍA PARA NIÑOS.
SIETE CUENTOS CON HOJAS DIDÁCTICAS.
Trabajos y proyectos escolares.
Ed. Fontanella. Barcelona, 1972

ATLAS DE INFORMACIÓN SEXUAL.
Ed. Fontanella, 1973 y Círculo de Lectores

LA PSICOLOGÍA ENTRE LA FÍSICA Y LA ECOLOGÍA.
Resumen de la Filosofía de S. Lupasco.
Epílogo de Jorge de Oteiza. Santander, 1973

EL AMOR ENTRE LOS ANIMALES (Ediciones en español y en catalán).
Ed. Nova Terra, Barcelona, 1974

LA HIGIENE MENTAL, UTOPÍA O PROBLEMA POLÍTICO.
No publicado

TEATRILLO ECOLÓGICO PARA NIÑOS.
Premio Singapur. Premio Nacional de Jóvenes Cámaras, 1975
No publicado

UN PSIQUIATRA EN CIEN JUICIOS, 1976.
No publicado

LA EXPRESIÓN GESTUAL EN ESCOLARES Y ADULTOS.
En colaboración con dos actores, 1978
No publicado

y artículos científicos en revistas nacionales y extranjeras especializadas

ÍNDICE